



”Mussa elää niin vahvasti se, että on pakko esittää et kaikki on hyvin. Oon onnistunut siinä tahtomattanikin.”

- Varjomaailma-verkkopalvelu tukemassa nuoria, jotka kokevat haittaa vanhempiensa päihteiden käytöstä
Peuhkurinen, Sari



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Laurea-ammattikorkeakoulu

”Mussa elää niin vahvasti se, että on pakko esittää et kaikki on hyvin. Oon onnistunut siinä tahtomattanikin.”
- Varjomaailma-verkkopalvelu tukemassa nuoria, jotka kokevat haittaa vanhempiensa päihteiden käytöstä

Sari Peuhkurinen
Perhekeskeisen varhaiskasvatuksen
kehittäminen ja johtaminen
Opinnäytetyö
Huhtikuu, 2016

Sari Peuhkurinen

”Mussa elää niin vahvasti se, että on pakko esittää et kaikki on hyvin. Oon onnistunut siinä tahtomattanikin.” - Varjomaailma-verkkopalvelu tukemassa nuoria, jotka kokevat haittaa vanhempiensa päihteiden käytöstä

Vuosi

2016

Sivumäärä

90

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää nuorten elämäkokemuksia ja tutkia Varjomaailman suljettujen ryhmien tavoitteellisen toiminnan toteutumista verkkokeskustelussa. Tarkoituksena oli myös peilata elämäkokemuksia suhteessa Varjomaailman tarjoamaan toimintaan. Opinnäytetyö sai alkunsa A-klinikkasäätiön Varjomaailma-verkkopalvelun työntekijöiden toiveesta saada tietoa, toteutuvatko suljettujen ryhmien toiminnalle määritellyt tavoitteet käytännössä. A-klinikkasäätiöllä on Lasinen lapsuus -vaikuttamistoimintaa, jonka tavoitteena on lisätä lapsinäkökulmaisuuksia vanhemman päihdeongelman vaikutuksista. Varjomaailma-verkkopalvelu on osa Lasinen lapsuus -vaikuttamistoimintaa. Varjomaailmalla on avoimen foorumin lisäksi suljettuja ryhmiä, joissa noin kymmenen nuorta saavat puhua kolmen ohjaajan kanssa etenkin vanhemman päihteiden käytöstä aiheutuvista haitoista heidän elämässään. Ryhmän kesto on kolme kuukautta.

Käytin tutkimusaineistona yhden suljetun ryhmän sisäistä vuorovaikutusta, joka on tekstin muodossa. Opinnäytetyö on kvalitatiivinen ja sen tyypiksi muodostui tapaustutkimus. Aineisto sisälsi 500 sivua kirjoituksia kuuden nuoren ja kolmen ohjaajan välillä kolmen kuukauden ajalta. Analyysi tehtiin teoriaohjaavalla sisällönanalyysillä. Pohjana analyysille toimi tutkimuskysymykset ja Varjomaailman tavoitteet. Näitä olivat tunneilmaisun tukeminen ja luottamuksellinen keskustelu sekä vertaistoiminnan mahdollistaminen, tilannekartoitus ja palvelunohjaus.

Opinnäytetyö osoittaa, että Varjomaailman nuoret elävät sekä täysin tavallisten nuoruuskokemusten että vanhemman päihteiden käytöstä johtuvien haittakokemusten kanssa. Nuoret puhuivat arkipäivän asioista Varjomaailmassa, koska kotona niistä ei yleensä puhuttu. Nuorten kokemukset vanhemman päihteiden käytöstä olivat yhtäläiset aiemman tutkimustiedon kanssa. Väkivalta nousi keskeiseksi asiaksi nuorten kertomuksissa. Nuoret pohtivat Varjomaailmassa paljon vanhemman päihteiden käyttöä sekä sen herättämiä ajatuksia ja tunteita. Kaikki nuoret saivat apua elämäntilanteeseensa Varjomaailmasta. Ohjaajat toteuttivat verkkokeskusteluissa ennalta määritellyjä tavoitteita. Dialogi toimi työmenetelmänä luottamuksellisen keskustelun aikaansaamisessa. Myös verkkoympäristö tuki nuorten puhumista ja loi intensiivisen tunnelman keskusteluihin. Näyttää siltä, että Varjomaailman kaltaisia palveluita tarvittaisiin enemmän. Järjestöjen ohella myös julkisen palvelujärjestelmän tulisi selvittää mahdollisuuksia tarjota palveluita verkossa päihdeongelman sivullisten uhrien auttamiseksi.

Asiasanat: Varjomaailma, verkkososiaalityö, vanhemman päihteiden käyttö, nuorten kokemukset

Sari Peuhkurinen

"I have to pretend that everything's ok. I have succeeded in it although I don't really want it." - Varjomaailma-online service helping youth who think that parental substance abuse is harmful

Year	2016	Pages	90
------	------	-------	----

The purpose of this thesis was to examine the life experiences of the young people that had sought help from Varjomaailma. The purpose was also to examine how the workers had implemented the objectives concerning the work. The aim was to mirror the youth's experiences in relation to Varjomaailma's service. The thesis was inspired by the workers of the Varjomaailma online service. Varjomaailma is part of the A-Clinic Foundation activity called Fragile childhood. It concentrates on bringing up children's perspective on the parental substance abuse problem. Varjomaailma's workers were keen to know how they have succeeded in the objectives concerning the work online. There is an open forum in Varjomaailma but also closed groups in which children can speak with counsellors about parental alcohol abuse. Each group lasts three months and there can be about ten participants at a time. In this thesis I studied one group's interaction where six young people and three counsellors were talking to each other. The study material consisted of 500 pages of online discussion only in text form that were written during the three months of one group.

This thesis is qualitative and a case study. The material was studied with theory based content analysis. I used research questions and Varjomaailma's objectives as the base of the analysis. The objectives were to support the expression, confidential discussion and peer support, to study the life situations of the youth and to guide young people towards concrete services.

According to the study, the youth of Varjomaailma have normal youth experiences but also deal with the adverse experiences of parental substance abuse. The youth talked about things concerning everyday life, because at home they weren't usually mentioned. Young people's experiences of parental substance abuse were equal to previous investigations. The youth talked about violence in many ways. They talked about the thoughts and feelings that parental substance abuse brings up. All the young people received help from Varjomaailma. The counsellors predefined the objectives concerning the work. Dialogue was one obvious method in creating a confidential and intense atmosphere in the discussions. Also the online environment seems to be an operational environment that support the expression among the youth. It seems that there is an actual need for services like Varjomaailma. Organizations, but also the public service system should be able to find out the opportunities to provide services to help the invisible victims of parental substance abuse.

Keywords: Varjomaailma, web-based social work, parental substance abuse, youth's experiences

Sisällys

1	Johdanto.....	7
2	Opinnäytetyön tausta ja tarve.....	9
3	Suomalaisten päihteiden käyttö.....	11
3.1	Alkoholi	12
3.2	Huumausaineet	15
3.3	Päihderiippuvuus	16
4	Nuori ja vanhemman päihteiden käyttö	18
4.1	Ihmisen psykologinen kehitys nuoruusiässä.....	18
4.2	Vanhemman päihteiden käytöstä seuraavat haitat nuoren näkökulmasta	21
5	Vanhemman päihdeongelman varjossa elävien nuorten auttaminen	26
5.1	Nuorten auttamiskeinot.....	26
5.2	Verkkososiaalityön hyödyntäminen	28
5.3	Verkkovertaistoiminta.....	30
6	Opinnäytetyön toteutus.....	32
6.1	Tutkimusongelma	32
6.2	Opinnäytetyön teoreettis-metodologiset lähtökohdat	33
6.3	Opinnäytetyön aineisto	36
6.4	Aineiston analyysi	37
6.5	Tutkimusetiikka	41
7	Nuorten jakamat kokemukset Varjomaailmassa.....	42
7.1	Nuoruusikään liittyvät kokemukset	42
7.2	Vanhemman päihteiden käyttöön liittyvät kokemukset ja ajatukset	44
7.2.1	Kokemukset ja muistot vanhemman päihteiden käytöstä.....	45
7.2.2	Nuoren suhde vanhempaan	48
7.2.3	Väkivalta	49
7.2.4	Kulissit.....	52
7.2.5	Vaikenemisen ilmapiiri	54
7.2.6	Nuoren selviytymiskeinot päihdeongelmaisessa perheessä	55
8	Varjomaailman tavoitteiden toteutuminen verkkokeskustelussa.....	56
8.1	Rohkaiseva, luottamuksellinen ja tunneilmaisua tukeva dialogi sekä vuorovaikutus vertaisten kanssa.....	57
8.1.1	Avointa vuorovaikutusta tukevat rakenteet	57
8.1.2	Avointa vuorovaikutusta tukeva ohjaustyyli	59
8.2	Nuorten elämäntilanteiden kartoitus.....	62
8.2.1	Tilannekartoitus tehtävien avulla	62
8.2.2	Tilannekartoitus vapaassa keskustelussa.....	64
8.3	Konkreettisen palvelunohjauksen toteutuminen	65

9	Johtopäätökset	68
9.1	Nuoruuteen liittyvä kokemusmaailma	68
9.2	Päihdeperheessä elämisen kokemusmaailma	69
9.3	Varjomaailman ryhmien toiminnasta ja sen tarpeellisuudesta	74
9.4	Varjomaailman ryhmien kehittämisestä	77
10	Pohdinta	79
	Lähteet	84
	Kuviot..	90

1 Johdanto

Suomalaiseen kulttuuriin on pitkään kuulunut alkoholin juominen. Vuosikymmeniä sitten viinan juomista luonnehdittiin humalahakuiseksi toiminnaksi, joka liittyi vapaa-aikaan, viikonloppuun ja juhlapäiviin. Alkoholin käyttäminen oli hyväksyttävää toimintaa, jota etenkin miehet harrastivat. Nykyisin verrattuna eurooppalaiseen kulutuskulttuuriin suomalaisten alkoholin käyttö on keskivertoa runsaampaa. Alkoholi on perinteisesti liitetty sosiaaliseen kanssakäymiseen sekä koettu iloisena ja hyödyllisenä asiana. Lisäksi se on merkityksellistä kansantalouden ja elinkeinoelämän kannalta. Viime aikoina on kuitenkin havahduttu alkoholin haittavaikutuksiin, joita esiintyy niin yksilö- kuin väestötasolla. (Karlsson, Kotovirta, Tigerstedt & Warpenius 2013, 11-12, 26-27.) Muiden huumausaineiden käyttö ja kokeilu ovat kasvaneet 1990-luvulta alkaen, joskin edelleen se on pienen marginaaliryhmän ongelma. Huumausaineiden ongelmakäyttäjiä oli vuonna 2013 arviolta 0,55-0,90 % väestöstä. Suurin osa heistä käytti opioideja. Päihteiden sekakäyttö oli yleistä ja useimmilla oli ainakin kolmen päihteen ongelmakäyttöä. (Varjonen 2015, 29, 48.)

Raitasalo (2009) kuvaa (ks. Piispa 2010, 24), että lapsiperheiden vanhemmista alkoholia käyttää suurin piirtein yhtä moni kuin muut aikuisväestöön kuuluvat; noin 10 % vanhemmista on raittiita. Äidit käyttävät alkoholia keskimäärin kerran viikossa ja isät yhdestä kahteen kertaan viikossa. Vanhemmat käyttävät ilmeisesti vähemmän alkoholia lasten läsnä ollessa. Alkoholin käyttö liittyy lapsiperheissä lähinnä saunomiseen ja aterioimiseen. Vanhemmat käyttävät lasten läsnä ollessa alkoholia myös juhlissa ja kyläilytilanteissa. Juomatapatutkimuksessa lähes kaikki vanhemmat olivat kuitenkin olleet sitä mieltä, että pienten lasten seurassa ei sovi juoda humalaan. Noin 70 % vanhemmista oli sitä mieltä, ettei pienten lasten seurassa sovi juoda ollenkaan. Kuitenkin 60 % vastaajista sallisi alkoholin humalahakuisen käytön, jos joku seurueesta olevista pysyy selvänä ja huolehtii lapsista. Tutkimuksessa ilmeni, että runsaasti alkoholia käyttävät vanhemmat ovat suvaitsevaisempia alkoholin käytön suhteen lasten keskuudessa.

Suomessa lähes joka neljännessä perheessä lapsi kärsii vanhempiensa päihteiden käytöstä. Näiden lasten määrä on kasvanut 1990-luvulta lähtien. Tutkimusten perusteella käy ilmi, etteivät päihdeperheiden lapset saa riittävästi apua ja tukea ja he jäävät usein yksin. (Roine, Ilva & Takala 2010, 11-12.) Näissä perheissä lapset kokevat yleensä perheriitoja, väkivaltaa ja laiminlyöntiä, sosiaalista eristäytyneisyyttä sekä taloudellisia ongelmia. Päihdeongelmaisten perheenjäsenet kokevat paljon huolta kodista, päihteidenkäyttäjistä ja muista perheenjäsenistä. Huolenkantaja on yleensä jännittynyt ja ahdistunut perheen elämäntilanteesta. Vanhempien päihteiden käyttö voi johtaa siihen, että lapsella alkaa lastensuojelun asiakkuus ja hänet saatetaan sijoittaa kodin ulkopuolelle asumaan. (Holmila & Ilva 2010, 47.)

Lapselle tyypillinen selviytymiskeino päihdeongelmaisessa perheessä on vältellä ongelman aiheuttajaa. Vanhemman päihdeongelmaa voidaan käsitellä päiväkirjan tai nettiin kirjoittamisen avulla. Asiaan liittyviä tunteita käsitellään kavereiden tai jonkun muun turvallisen henkilön kanssa. Toisaalta osa sulkeutuu itseensä eikä puhu asiasta ja niihin liittyvistä tunteista kenenkään kanssa. Lapset kokevat tarvetta pärjätä ”omillaan”, koska he pelkäävät tiedon leviämistä. Mikäli lapsi päättää puhua viranomaisille, taho on yleensä opettaja, koulun terveydenhoitaja, koulukuraattori, sosiaalityöntekijä, urheiluseuran valmentaja, nuorisotyöntekijä tai poliisi. A-klinikkasäätiön Lasinen lapsuus-vaikuttamistoiminnan tutkimuksen mukaan yli puolet 14 vuotta täyttäneistä kertoi hakeneensa apua joltain ammattilaiselta. Saman tutkimusaineiston perusteella todennettiin, etteivät tätä nuoremmat lapset puhuneet asioistaan yhtä avoimesti. On siis todennäköistä, että lapsen kasvaessa hänen on helpompi ottaa asia puheeksi perheen ulkopuolella. (Holmila & Ilva 2010, 51-54.)

A-klinikkasäätiön Lasinen lapsuus-toiminnan Varjomaailma-palvelu on fokusoitu auttamaan nuoria, jotka kokevat tarvitsevansa apua ja tukea perheen ulkopuolelta perheessä tapahtuvaan päihteiden käyttöön liittyen. Varjomaailma on ainutlaatuinen verkkoperustainen auttamispalvelu, jossa nuori saa tukea ammattilaisilta ja vertaisiltaan. Varjomaailma-toiminta on alkanut vuonna 2008, josta lähtien nuoret ovat voineet hakeutua toimintaan mukaan. Toimintaan osallistuvat nuoret ovat iältään 12-18-vuotiaita. Varjomaailmassa on avoin foorumi, jonne kuka tahansa voi tulla keskustelemaan, kysymään ja hakemaan apua, jos on huolissaan vanhempiansa tai läheistensä päihteiden käytöstä. Varjomaailmassa on ollut myös alusta alkaen suljettuja ryhmiä, joihin ilmoittaudutaan erikseen. Ryhmään mahtuu noin kymmenen nuorta ja sitä ohjaa kolme sosiaalialan ammattilaista. Ryhmän kesto on kolme kuukautta ja niitä on vuosittain kahdesta neljään. Avoimen foorumin tavoin ryhmissä kirjoitetaan nimimerkeillä, mutta niissä nuoren on mahdollista puhua asiantuntijoiden kanssa luottamuksellisemmin suljetun ympäristön vuoksi ja saada henkilökohtaisempaa apua ongelmiinsa. (Hubara 2014.) Varjomaailman suljettuihin ryhmiin hakeutuu pääsääntöisesti vanhempien alkoholin käytöstä kärsiviä nuoria. Siksi teoriaosuudessa on avattu erityisesti vanhempien alkoholin käytöstä aiheutuvia seurauksia nuorelle.

Opinnäytetyöni on laadullinen tutkimus, joka toteutetaan valmiin aineiston pohjalta sisälönanalyysillä hyödyntäen. Opinnäytetyössäni olen tutkinut yhden suljetun ryhmän verkossa tapahtuneita keskusteluita. Tavoitteenani on selvittää, miten Varjomaailman ryhmien toiminnalle asetetut tavoitteet näkyivät verkkokeskustelussa, millä tavalla Varjomaailman ryhmien toiminta tukee nuoria ja mitä mahdollisia kehittämiskohteita Varjomaailman ryhmien toiminnassa ilmenee keskusteluiden perusteella. Opinnäytetyöni taustalla on Varjomaailman työntekijöiden toive saada tietoa siitä, toteutuvatko työlle määritellyt tavoitteet käytännössä. Lisäksi heidän tavoitteenaan on kehittää työtään jatkuvasti parempaan suuntaan vastaamaan

tarvetta. Opinnäytetyön tavoitteena on siten tuottaa tietoa toiminnan sujuvuudesta ja tarpeellisuudesta.

Opinnäytetyössäni kuvaan vanhemman päihteiden käytöstä seuraavaa ilmiötä, joka heijastuu lapsiin ja nuoriin lukemattomin eri tavoin. Lisäksi perehdyn siihen, kuinka näitä päihdeongelman sivullisia osallisia voidaan auttaa ja tukea. Opinnäytetyössäni kuvaan verkkososiaalityön mahdollisuuksia auttaa vanhemman päihteiden käytön varjossa eläviä nuoria. Pohdin myös, minkälaisia tukipalveluita heille tulisi tarjota ja onko heillä tällä hetkellä tarpeen mukaista palveluverkostoa.

2 Opinnäytetyön tausta ja tarve

A-klinikkasäätiö on päihdesektorille sijoittuva voittoa tavoittelematon järjestö ja palveluntuottaja, jonka toimintaa rahoittaa RAY (Raha-automaattiyhdistys). Se on perustettu vuonna 1955 ja se toimii niin Suomessa kuin kansainvälisestikin. A-klinikkasäätiö toteuttaa kuntoutus- ja hoitopalveluita, ehkäisevää päihdetyötä ja tarjoaa erilaisia asiantuntijapalveluita, tutkimusta ja koulutusta. Säätiön toinen tavoite on tukea mielenterveystyötä sekä ennaltaehkäistä ja hoitaa erilaisia psykososiaalisia ongelmia. Säätiö vaikuttaa positiivisesti myös päihdeongelmaisten ja heidän läheisiensä asemaan. Tavoitteena on päihdehaittojen minimoiminen. Lisäksi säätiö julkaisee päihdetyöhön erikoistunutta lehteä nimeltä Tiimi. (A-klinikkasäätiö 2014; A-klinikkasäätiön toiminta 2014.)

A-klinikka-säätiö tekee tärkeää työtä päihdepalveluiden edistämisen hyväksi. Säätiöllä on useita hankkeita käynnissä ja se tekee yhteistyötä niin kunnallisen puolen kuin yksityisen sektorin päihdepalveluiden kanssa. Kehittämistyössä selvitetään päihteiden käytön tilannetta, siihen liittyviä sosiaalisia muutoksia, kunta- ja palvelurakennemuutostuksien toteutumista sekä päihde- ja mielenterveystyön palveluiden yhteistyötä ja yhdistämistä. Tutkimustoiminnassa säätiön pyrkimyksenä on vähentää päihteiden ja riippuvuuksien haitallisuutta sekä tukea näistä haitoista kärsiviä henkilöitä ja heidän läheisiään. (A-klinikkasäätiön kehittäminen ja tutkimus 2014.) Säätiöllä on laaja valikoima verkkopalveluita, jotka ovat kaikkien kansalaisten käytettävissä. Niiden tarkoituksena on antaa tietoa, tukea, testejä, keskusteluapua ja neuvontaa liittyen päihteiden käyttöön. (A-klinikkasäätiön sähköiset palvelut 2014.)

Lasinen lapsuus -toiminta on osa A-klinikkasäätiön toimintaa. Toimintaa on ollut yli 20 vuotta ja se on sinä aikana esiintynyt erilaisten hankkeiden muodossa, joiden toimintaa on rahoittanut pääsääntöisesti RAY. Rahoitusta on saatu muiltakin tahoilta kuten terveyden edistämisen määrärahoista. Toiminnan tavoitteena on lapsinäkökulman nostaminen esille päihdeongelmissa perheissä ja työntekijöiden varustaminen näiden lasten auttamiseen. Toiminta-aikana on lisätty tietoa aiheesta ja julkaistu runsaasti materiaalia. Lisäksi useat tuhannet ammattilaiset

ovat saaneet koulutusta näiden lasten auttamista varten. Lasinen lapsuus -toiminta on julkaissut laadukkaita postereita ja kortteja erilaisissa ammattilaistapahtumissa. Toiminnan puitteissa on tehty myös videoita, joita on sosiaalisessa mediassa ja television välityksellä esitetty. Näiden tarkoituksena on herättää keskustelua lapsinäkökulmaisuuudesta päihteisiin liittyen ja herättää keskustelua perheiden sisällä. (Lasinen lapsuuden historia ja tunnustukset 2014.)

Lasinen lapsuus -toiminta näkyi ”Lasinen lapsuus - Sirpaleinen mieli” -hankkeena vuosina 2012-2016. A-klinikkasäätiön kanssa hankkeessa yhteistyötä tekivät Mielenterveyden keskusliitto ja Suomen mielenterveysseura. Hankkeen kohderyhmänä olivat nuoret ja perheellistyvät nuoret aikuiset. Pyrkimyksenä oli ehkäistä vanhempien päihteiden käytöstä johtuvia haittoja ja katkaista ylisukupolvisuuden kierre niin mielenterveys- kuin päihdeongelmien suhteen. Vuosien saatossa hankkeet ovat saaneet erityisiä kunniainintoja ja palkintoja. (Lasinen lapsuuden historia ja tunnustukset 2014.) Vuonna 2008 Varjomaailman verkkosivut ja kampanja palkittiin e-Inklusio- kilpailussa ”Syrjäytyneet nuoret” -sarjan parhaimpana. Kilpailussa etsittiin tapoja ehkäistä digitaalista ja sosiaalista syrjäytymistä innovatiivisesti. (Peltoniemi 2008.)

A-klinikkasäätiön Lasinen lapsuus -vaikuttamistoiminnan yksi hanke oli vuodesta 2007 lähtien Varjomaailma -verkkopalvelu. Palvelu suunniteltiin silloin vastaamaan nuorten tarvetta saada tietoa vanhempien päihteiden käyttöön liittyen ja samalla tarjottiin mahdollisuus jakaa kokemuksiaan tarinallisin menetelmin. Nykyisin Varjomaailma on vakiintunut yhdeksi Lasinen lapsuus -vaikuttamistoiminnan toimintamuodoksi. Lasten mahdollisuudet puhua vanhempien päihdeongelmasta koettiin olevan riittämättömät ennen Varjomaailman perustamista. Varjomaailman toiminnalla pyrittiin vastaamaan tähän tarpeeseen. Varjomaailma -palvelu päätettiin rakentaa heille luontaiseen ympäristöön eli verkkoon. Varjomaailma oli palveluna alkuvaiheessa erilainen kuin nykyään. Nuorilta saadun palautteen vuoksi pian ryhdyttiin luomaan verkkovertaistukiryhmiä, joissa sai keskustella myös ammattilaisen kanssa. Varjomaailman mahdollistaman palvelun ansiosta nuori pääsi käsittelemään tunteitaan ja ajatuksiaan päihdeongelman varjossa eläessä. (Hubara & Pakkanen 2010, 61-62.)

Vuosittain ryhmiä on nykyisin kahdesta neljään ja niihin osallistuu keskimäärin kymmenen nuorta kerralla. Ryhmät ovat kestoltaan kolme kuukautta. Lapsille halutaan ryhmän avulla mahdollistaa ammattilaisen ja vertaisen tuki. Varjomaailman toiminnan tavoitteena on tehdä nuorelle tilannekartoitus ja toteuttaa hänelle yksilöity palvelunohjaus. Ryhmissä tärkeitä elementtejä ovat luottamuksellisuus, anonymiteetti ja netiketti, jotka sisältyvät Varjomaailman tavoitteisiin. (Hubara 2014.) Netiketillä tarkoitetaan joustavuutta, anonyymiutta, vapaata liikkuvuutta ja oman äänen esille saamista (Hubara & Pakkanen 2010, 66.) Tilannekartoituksessa käytetään lastensuojelun sosiaalityössä käytettäviä menetelmiä, kuten tehtäviä arjesta, voimavarakartoituksesta, käsityksestä itsestä sekä perheestä. Ryhmän alkuvaiheessa nuorille

kerrotaan, että Varjomaailman työntekijöillä on lastensuojelulakiin perustuva lastensuojeluilmoitusvelvollisuus, mikäli lapsen tilanteesta selviää jotain huolestuttavaa. (Hubara & Pakkanen 2010, 63, 69.) Toisinaan lastensuojeluilmoituksia voidaan joutua tekemään ja tällöin Varjomaailman ohjaajat seuraavat Verken (Verkkonuorisotyön valtakunnallisen kehittämiskeskuksen) määrittelemää ohjeistusta lastensuojeluilmoitusprosessista. Varjomaailman apu voi olla ennaltaehkäisevää tai korjaavaa riippuen nuoren tilanteesta. (Hubara 2014.)

Suljetut verkkoryhmät muodostuvat nuorten omista postilaatikoista, kaikille avoimista päiväkirjoista ja tehtävä- ja tietoisufoorumeista. Nuoret saavat myös itse aloittaa keskusteluketjun, mikäli haluavat. Toisinaan ohjaajat perustavat erilaisia ketjuja, joissa vallitsevana teemana on jokin positiivinen aihe. Ketjun tarkoitus on herättää nuorissa ajatuksia, että elämässä on hyvääkin. Foorumin lisäksi ryhmän aikana on kolme kahden tunnin pituista reaaliaikaista chattia Tukinetin sivuilla, jossa ryhmän jäsenet saavat keskustella ohjaajien ja toisensa kanssa tavallisista arkipäivän asioista ja mahdollisista ennalta sovituista teemoista. Chatit on koettu hyväksi ja ne tukevat ryhmäytymistä ja luottamuksen syntyä. (Hubara & Pärssinen 2013, 111-112.)

Opinnäytetyöni lähtökohta on tiedon lisääminen Varjomaailman ryhmien toiminnasta. Tarkoituksena on tuottaa tietoa ryhmien toiminnan tavoitteiden käytännön toteutumisesta ja siitä, millä tavalla Varjomaailman työntekijät pyrkivät tavoitteisiin. Varjomaailman toimintaa pyritään jatkuvasti kehittämään tarvetta vastaavaksi ja tässä opinnäytetyössä siihen on tarkoitus ottaa kantaa. Varjomaailman suljettujen ryhmien toimintaa ei ole aiemmin tutkittu ja siten siitä on hyvin vähän tietoa olemassa. Varjomaailman ollessa maailmassa ainutlaatuinen vastaavaan tarpeeseen suunniteltu palvelu, on tiedon lisääminen erityisen tärkeää. Vanhemman päihteiden käyttö ja siitä koetut haitat ovat vaiettuja teemoja. Opinnäytetyön avulla on mahdollista ottaa kantaa lapsinäkökulmaisuteen vanhempien päihteiden käyttöön liittyen.

3 Suomalaisen päihteiden käyttö

Tässä kappaleessa esittelen suomalaisten päihteiden käyttöä. Päihteiksi Dahl ja Hirschovits (2007, 5) määrittelee kaikki kemialliset aineet, joista seuraa humala tai päihtynyt olo niiden joutuessa ihmisen elimistöön. Tässä kappaleessa avaan Varjomaailman asiakaskunnan esille tuomia päihteitä eli alkoholia ja huumausaineita. Ensimmäisessä osassa avaan suomalaisten alkoholin kulutusta, sen historiaa ja siihen liittyvää kulttuuria sekä tilastoja. Toisessa osassa kuvaan suomalaisten huumausaineiden käyttöä. Huumausaineisiin liittyviin asioihin olen opinnäytetyössäni paneutunut vähemmän johtuen sen vähäisestä näkyvyydestä Varjomaailman toiminnassa. Opinnäytetyössä keskityn päihteiden haittanäkökulmaan. Näkökulmaa raamittaan päihdeongelmaisissa perheissä tyypillisesti esiintyvä tila ja sairaus, jota kutsutaan päihderiippuvuudeksi. Tätä olen kuvannut kappaleen kolmannessa osassa.

3.1 Alkoholi

Kuten johdannossa jo kerroin, Suomessa alkoholin käytöllä on pitkät perinteet. Alkoholin kulutuksen määrään on vaikuttanut lähivuosikymmeninä poliittiset päätökset ja yhteiskunnassa vallitsevat taloudelliset tilanteet. Alkoholin kokonaiskulutus on kuitenkin pitkällä aikavälillä kasvanut. Tällä hetkellä kokonaiskulutus on nelinkertaista verrattuna vuoden 1965 tilanteeseen. On kuitenkin huomioitava tilastoita tarkastellessa, että sekä miehistä että naisista eniten juova kymmenys kuluttaa noin puolet kaikesta alkoholista. (Karlsson ym. 2013, 16, 21.)

1990-luvulla saavutettiin Suomessa alkoholin kulutuksen huippu, jolloin alkoi syntyä vaatimuksia alkoholipoliittisten rajoitusten purkamiseen ja erityisesti viinien saatavuuden parantamiseen. Tilanteeseen vaikutti myös Euroopan taloudellinen integraatio, joka lisäsi mahdollisuuksia alkoholin vapaampaan liikkuvuuteen. Alkoholijuomia pystyi tämän jälkeen saamaan aiempaa helpommin. Kokonaiskulutus kääntyi laskuun ostovoiman heikennyttyä vuoden 1990 jälkeen Suomen talouden taantuman vuoksi. Laman hellitettyä alkoholin kulutus alkoi kasvaamaan vuonna 1995. Kasvu aiheutui verovapaan oluen ja viinin matkustustuontien kiintiöiden lievenemisestä sekä alkoholin matkustajatuonnin kolmansista maista rajoittaneiden aikarajojen kumoamisesta. Käytännössä tämä näkyi itärajan ”viina- ja olutrallina” sekä Tallinnan ”olutkärryturismina”. (Karlsson ym. 2013, 16-17.)

Vuonna 1996 alkoholin tuontiin oikeuttavat aikarajat otettiin taas käyttöön EU:n ulkopuolisten maiden, kuten Venäjän ja Viron osalta. Rajoitteilla pyrittiin vähentämään matkustajatuontia. Tästä seurasi alkoholin kokonaiskulutuksen lievä notkahdus. Kulutus oli vastaavaa kuin lamaajan jälkeen. Kokonaiskulutuksen määrä kipusi 1-3 prosentin vuosivauhdilla ylöspäin, kunnes vuonna 2001 ylitettiin vuoden 1990 kulutushuippu. Alkoholin kulutus lisääntyi rajusti vuoden 2004 alkoholipoliittisten päätösten myötä. Alkoholin kokonaiskulutus oli korkeimmillaan vuosina 2005-2007, jolloin se oli keskimäärin 10,5 litraa asukasta kohti. Taloudellisen kasvun heikkeneminen sekä neljä alkoholiveron korotusta vaikuttivat vuosina 2008-2012 alkoholin kokonaiskulutuksen vähenemiseen. Vuonna 2012 kokonaiskulutus oli 9,6 litraa asukasta kohden. (Karlsson ym. 2013, 17.) Karlsson (2009) esittää, että työikäisten yleisimmäksi kuolinsyyksi ovat nousseet alkoholiperäiset taudit ja alkoholimyrkytykset. Hänen mukaansa alkoholi on aiheuttanut myös muita sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja etenkin vuoden 2004 veronalennuksen jälkeen. (ks. Piispa 2010, 20.)

Karlsson ym. (2013, 20-21, 30) mukaan raittiina olevia naisia ja miehiä on väestöstä noin 10 %. Vuoden 2008 tietojen mukaan miehistä noin kaksi kolmasosaa käytti alkoholia vähintään kerran viikossa. Naisten alkoholin käyttö on kasvanut ja heistä kolmannes käyttää alkoholia viikoittain. Vuoden 2008 tietojen mukaan 15-69-vuotiaista miehistä alkoholin suurkuluttajia oli

kahdeksan prosenttia kun taas sama luku naisten kohdalla oli viisi prosenttia. Suurkulutuksen raja on miehillä viikoittain 24 alkoholiannosta ja naisilla 12 alkoholiannosta. Alkoholin suurkuluttajia on ollut vuonna 2008 Suomessa noin 250 000, joista hieman yli 150 000 oli miehiä. Vuoden 2008 luvut perustuvat Juomatapatutkimukseen, joka ei suurella todennäköisyydellä ole saavuttanut kaikkia alkoholin käyttäjiä kaikissa sosioekonomisissa yhteiskuntaluokissa. Si-
ten luvut antavat vain osviittaa alkoholin käyttäjien määrästä. Samassa tutkimuksessa selvi-
tettiin alkoholihaittojen yhteyttä humalajuomiseen. Suurkuluttajamiehistä viidennes koki
haittaa humalajuomisesta riidan, tappelun, tapaturman tai rattijuopumuksen ansiosta. Nai-
sista samoja haittoja koki runsas kymmenes. Suurkuluttajien ohella tutkimuksessa löytyi myös
joukko ihmisiä, jotka humaltuivat usein tai silloin tällöin. Heidän kokemat alkoholihaitat oli-
vat huomattavasti yleisempiä; kaksi kolmasosaa ja naisista kolme neljäsosaa koki vastaavia
alkoholihaittoja. Vain kohtuukäyttäjillä alkoholihaitat oli koettu pienemmiksi.

Alkoholia käytetään vuoden varrella eniten isoina pyhinä ja loma-aikoina. Sitä ostetaan eniten
joulun ja uuden vuoden aikaan. Seuraavaksi eniten alkoholia myydään kesä-heinäkuussa, jol-
loin on juhannus ja monella loma. Vappu yltää ajankohdista kolmanneksi suosituimmaksi ajan-
kohdaksi ostaa alkoholia. Viikonloppuisin alkoholia käytetään huomattavasti enemmän kuin
arkisin; kaksi kolmasosaa juomiskerroista ja neljä viidesosaa humalakerroista osuu perjantain
ja sunnuntain väliselle ajalle. Lauantaisin alkoholin käyttö on runsainta. Lauantaisin kello 20-
21 noin miljoona suomalaista istuu lasin äärellä. Arkipäivistä keskiviikko eli ”pikkulauantai”
on suosituin päivä käyttää alkoholia. Alkoholia käytetään useimmiten kello 17 jälkeen. Aamu-
yöllä sijoittuvat humalakerrat ovat yleistyneet viime vuosien saatossa. Ikäluokista 20-29-vuo-
tiaat miehet käyttävät eniten alkoholia. Heistä puolet humaltuu vähintään kerran kuukau-
dessa ”niin että se todella tuntuu”. Saman ikäisistä naisista viidesosa humaltuu vähintään ker-
ran kuukaudessa ”niin että se todella tuntuu”. 30-49-vuotiaista naisista noin puolet juo it-
sensä tuntuvasti humalaan vähintään kerran vuodessa. (Karlsson ym. 2013, 21-22.)

Miesten alkoholinkäytöllä on Suomessa pitkät perinteet. Sen sijaan naisten alkoholin käyttö on
lisääntynyt tuntuvasti Mäkelän, Mustosen ja Huhtasen (2009) mukaan viimeisien vuosikymme-
nien saatossa. Vuonna 1969 naisista noin puolet oli raittiina, kun taas vuonna 2008 raittiita
naisia oli vain 10 prosenttia. Naiset juovat nykyään yhä useammin itsensä humalaan. Holmi-
lan, Huhtasen, Martikaisen, Mäkelän ja Virtasen (2009, 110) sekä Karlsson ym. (2013, 35) mu-
kaan naiset hakeutuvat myös yhä useammin päihdehuollon erityispalveluihin asiakkaaksi.
Karlsson ym. puhuvat sosiaali- ja terveydenhuollon hoitorekistereistä, joiden mukaan vuonna
2002 Suomessa synnyttäneistä naisista kahdella prosentilla oli alkoholi- tai huumeriippuvuus-
merkintä lapsen seitsemän ensimmäisen ikävuoden ajalta. Koska naiset ovat alkaneet käyttä-
mään enemmän alkoholia, vaikuttaa se tietenkin yhä enemmän lapsiperheiden arkeen. Holmi-
lan ym. (2009, 106) mukaan aiemmin etenkin naisten tehtävä oli olla kotona arjen pyörittäjä

ja perheestä huolehtija. Vaikka isät perheissä käyttivät alkoholia ja aiheuttivat sen myötä rahaongelmia, riitoja ja väkivaltaa, lapsilla oli yleensä äideistä tai mummoista turvaa (Piispa 2010, 20-21).

Tiedetään myös, että suomalaiset käyttävät alkoholia enimmäkseen kotona. Karlsson ym. (2013, 22-23) väittää, että noin 80 % kaikista juomiskerroista tapahtuu kotona. Etenkin miesten alkoholin käyttö kodeissa on lisääntynyt. Yleisin juomisseura suomalaisilla on oma puoliso tai seurustelukumppani. Vain noin kymmenen prosenttia juomiskerroista tapahtuu samaa sukupuolta olevien henkilöiden seurassa. Kodissa tapahtuva alkoholin käyttö on lisännyt lapsiperheiden ongelmia. Tämä näkyy muun muassa lastensuojelutilastoissa. Myllärniemi (2006) (ks. Piispa 2010, 21) esittää, että vuonna 2005 pääkaupunkiseudun alueella yleisin alle 12-vuotiaiden lasten huostaanoton aiheuttava tekijä oli vanhempien päihteiden käyttö. Suurin osa huostaanotoista johtui nimenomaan äidin päihteiden käytöstä. Sama tutkimustulos löytyy Hiitolan ja Heinosen (2009, 46-47) tutkimuksesta. Sen mukaan huostaanottojen syyt ovat enimmäkseen liitetty äiteihin. Huostaanottojen syyperusteena äidin alkoholin käyttö oli vaikuttamassa 22 % tapauksista. Isien alkoholin käyttö aiheutti 10 % huostaanotoista. Nuoren oma alkoholinkäyttö vaikutti 19 %:ssa huostaanottotapauksissa. Suurin äidistä johtuva syy huostaanottoon oli äidin alkoholin käyttö. Isien kohdalla eniten huostaanottoja aiheutui isän aiheuttamasta väkivallasta. Karlsson ym. (2013, 25) esittävät, että yksittäisten selvitysten perusteella noin 30-50 prosentissa huostaanottoja on osasyynä tai keskeisenä syynä ollut vanhempien runsas päihteiden käyttö. Alle 12-vuotiaiden lasten kohdalla luku on suurempi.

Alkoholin käyttöön liitetään yleisesti väkivalta. Tämä näyttäytyy yleisesti alkoholiongelmaisten läheisten kokemuksissa (ks. esim. Holmila Itäpuisto & Ilva 2011; Takala & Roine 2013; Haverfield & Theiss 2014). Karlsson ym. (2013, 29, 34-35) viittaavat myös Tilastokeskuksen tietoihin, jonka mukaan alkoholin kokonaiskulutus on suoraan sidoksissa väkivaltakäyttäytymiseen. Esimerkiksi vuonna 2012 poliisien tietoon tuli yhteensä 38 000 pahoinpitelyä, joista kaksi kolmasosaa tapahtui tekijän ollessa alkoholin vaikutuksen alaisena. Kuolemaan johtaneiden väkivaltarikosten määrä on laskenut, mutta vuosina 1998-2000 tapahtuneista henkirikoksista noin puoleen vaikutti syrjäytyneiden miesten alkoholinkäyttötilanne. Tästä muodostui yksi henkirikoksen päätyyppi. Toisena päätyyppinä on perhe- ja parisuhdetapot, joista jälkimäisten määrä on lisääntynyt. Parisuhdetappojen syynä on pidetty pariskunnan keskinäistä eripuraa, joka aiheutuu yhdessä ryypiskelystä.

Alkoholihaitat lisäävät siis väkivaltakäyttäytymistä ja sosiaalisia ongelmia. Alkoholin käyttö lisää myös erilaisia haittakustannuksia, jotka muodostuvat sosiaalipalveluiden ja toimeentulotukien kustannuksista, terveydenhuollolle alkoholinkäytöstä aiheutuvista kustannuksista sekä yleisen järjestyksen ja ylläpidon aiheuttamista kustannuksista. Muita alkoholin käytöstä ai-

heutuvia kustannuksia ovat alkoholihallinnon- ja -valvonnan sekä ehkäisevän päihdetyön kustannukset, rikosvahinkojen alkoholiehtoiset kustannukset ja viimeiseksi kustannukset liittyen vakuutuskorvauksiin. Yhteensä alkoholihaittakustannukset kipuivat Suomessa liki 1,3 miljardiin euroon vuonna 2010. (Karlsson ym. 2013, 36-39.) Vuonna 2013 alkoholihaittakustannukset olivat noin 900 miljoonan ja 1,09 miljardin välillä (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2015, 36). Kun alkoholin aiheuttamat haitat ynnätään, voidaan todeta tilanteen olevan valtakunnallinen suurongelma.

Vaikka tilanne näyttää lapsiperheiden näkökulmasta heikolta puhuttaessa alkoholihaitoista, on kuitenkin tapahtunut muutosta parempaan. Holmila ym. (2009, 111-112) tuovat esille, että vuosituhannen vaihteessa 35-49-vuotiaiden ja sitä nuorempien sairaalajaksot alkoholisyytistä olivat vähentyneet. Näyttää myös siltä, että alkoholikuolleisuus lapsiperheiden vanhempien osalta on kääntynyt laskuun. Lapsiperheiden kannalta ei ole siis tapahtunut tilanteen heikkenemistä näiden tilastojen valossa.

3.2 Huumausaineet

Varjonen (2015, 13) toteaa, että huumausaineiksi luokitellaan aineet ja valmisteet, jotka luetaan asetuksessa huumausaineina pidettävistä aineista, valmisteista ja kasveista. Asetus muodostuu YK:n huumausaineyleissopimuksesta ja psykotrooppisia aineita koskevasta yleissopimuksesta. Huumausainelain (373/2008) mukaan huumausaineiden tuotanto, valmistus, tuonti, vienti, kuljetus, kauttakuljetus, jakelu, kauppa, käsittely, hallussapito ja käyttö ovat kiellettyjä. Ainoastaan lääkinnällisissä, tutkimuksellisissa ja valvonnallisissa tarkoituksissa kielloista voidaan poiketa. Huumausainelain mukaan näistä rikkomuksista seuraa teon vakavuuden mukaan rangaistus.

Huumausaineiden käyttö on Suomessa vähäistä, mutta lähihistoriassa on nähtävissä kaksi aaltoa, jolloin huumausaineita on käytetty enemmän kuin muulloin; 1960- ja 1990-luvuilla. Jälkimmäinen aalto liittyi konemusiikki-ilmiöön. Huumausaineita on nykyisin kokeillut tai käyttänyt yhä useampi suomalainen. Huumausaineille on muodostunut oma paikkansa etenkin nuorten juhlimisessa ja päihdeongelmaisten ihmisten elämässä. Vuoden 2010 väestökyselyn mukaan kannabista oli kokeillut lähes viidesosa 15-69 ihmisistä joskus elämänsä aikana. Naisista kokeilleita oli 13 % ja miehistä 20 %. Kokeilukerrat ajoittuvat pääsääntöisesti 25-34-vuotiaiden aikuisten ikäluokkaan. Muita huumausaineita kokeilleiden määrä on jo tuntuvasti pienempi; amfetamiineja joskus kokeilleita oli 2,1 %, ekstaasia 1,7 %, kokaiinia 1,5 % ja opiaatteja 1 %. 25-34-vuotiaiden nuorten kohdalla luvut olivat kolminkertaiset. Samassa ikäluokassa lääkkeiden väärinkäyttäjää oli liki 10 %. Syyksi oli mainittu uniongelmat. (Varjonen 2015, 29-30.)

Huumausaineista kannabis on yleisimmin käytetty päihde. Kannabiksen käyttö ja kasvatus liitetään useimmin mieshenkilöihin kuin naisiin. Kannabista käytetään usein alkoholin kanssa, se ei ole siis ainakaan vielä korvannut alkoholia. Suomessa alkoholikulttuurilla on edelleen vankka jalansija. Huumausaineiden käyttö onkin painottunut enimmäkseen 25-34-vuotiaisiin miehiin, jotka ovat käyttäneet kannabista. Kannabiksen kotikasvatus on yleistynyt käytön ohella. Muita aineita käytetään yhä melko saman verran kuin ennenkin. Joitakin muutoksia on kuitenkin huomattavissa. Amfetamiinin ohella suosituiksi stimulantteiksi on muodostunut ekstaasi ja kokaiini. Opiaateista heroiinin tilalla käytetään enemmän buprenorfiinia ja muita lääkkeitä (tramadoli, fentanyl ja oksikodoni). Unilääkkeitä ja muita rauhoittavia lääkkeitä käytetään kannabiksen ja muiden laittomien aineiden ohella. Käyttötarkoituksena on sekä rauhoittuminen että päihtyminen. Niitä käytetään myös päihteiden vaikutusten lieventämiseen ja tehostamiseen. Suomalaisessa päihdekulttuurissa olennaista on kuitenkin päihteiden sekakäyttö; alkoholia käytetään muiden huumausaineiden lisäksi. Huumausaineiden käyttö näyttää liittyvän niin viihde- kuin juhlintakäyttöön, mutta on myös sidoksissa etenkin miesten päihteiden käytön myötä alkavaan syrjäytymiseen. (Varjonen 2015, 31-34.)

Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (2015, 31-33) mukaan sekä alkoholiin että huumausaineisiin liittyy vakavia haittoja. Päihteet voivat aiheuttaa kuolemia ja ne liitetään myös usein rikoksiin. Päihtyneenä tapahtuvaan väkivaltaan kuolee satoja ihmisiä vuodessa ja näiden kuolemien määrä on kasvanut. Huumausainemyrkytyksestä johtuvia kuolemia oli 162 vuonna 2013. Alkoholisti johtuvia kuolemia oli yli 2500. Rattijuopumustapausten määrä on laskenut viime vuosien aikana. Alkoholisti johtuvia rattijuopumuksia on ollut vähemmän kun taas huumausaineiden käytöstä johtuvia rattijuopumuksia oli enemmän.

3.3 Päihderiippuvuus

Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (2014) mukaan riippuvuus saattaa syntyä mitä tahansa päihdettä kohtaan. Riippuvuuden ominaispiirteinä ovat pakonomainen ja hallitsematon tarve käyttää kyseistä päihdettä. Se muodostuu useiden käyttökertojen jälkeen aiheuttaen aivo- ja psykososiaalisia muutoksia. Riippuvuuteen sairastuu herkemmin, mikäli päihteiden käyttäjällä on siihen liittyviä perintötekijöitä. Riski sairastua päihderiippuvuuteen on lisääntynyt myös tiettyjen mielenterveyden ongelmien ja sosiaalisten tekijöiden myötä. Lisäksi riippuvuusoireista kärsii useammin mies kuin nainen.

Riippuvuus voi vaikuttaa haitallisesti esimerkiksi päihteiden käyttäjän työhön, koulutukseen ja ihmissuhteisiin. Tämä tapahtuu päihteen syrjäyttäessä elämän muut osa-alueet. Päihteiden käyttö vaikuttaa myös itsestä huolta pitämiseen ja mahdollisiin harrastuksiin. THL määrittelee riippuvuuteen liittyvän myös päihteen sietokyvyn kasvun sekä vieroitusoireet, joita esiintyy

käytön loputtua. Päihderiippuvaiselle on tyypillistä ongelman tunnistaminen ja sen kieltäminen. Päihderiippuvuuden hoito on mahdollista, mutta joillakin se on vaativa ja pitkä prosessi. Päihderiippuvaisia hoidetaan vieroitushoidon, keskusteluavun ja lääkkeiden avulla. Hoidoilla pystytään auttamaan, mutta aina ne eivät tuota haluttua lopputulosta, sillä päihderiippuvuus voi muodostua vahvaksi. Erittäin vaikeita päihderiippuvuuksia hoidettaessa avainsanana toimitaan pitkäjänteinen ja moniammatillinen työskentely asiakkaan hyväksi. (THL 2014.)

Alkoholin liiakäyttöä on kolmea eri tyyppiä; riskikäyttöä, haitallista käyttöä sekä alkoholiriippuvuutta. Riskikäytöksi luetaan sellainen alkoholin käyttö, jossa suurkulutuksen rajat ylittyvät eli alkoholihaitat ovat mahdollisia. Suurkulutuksen rajoina on Suomessa pidetty miehillä vähintään 24 annosta viikossa tai 7 annosta kerralla, ja naisilla vähintään 16 annosta viikossa tai 5 annosta kerralla. Alkoholin riskikäytön tunnuspiirteitä on lisäksi se, ettei haittoja ja riippuvuutta ole syntynyt. Haitallista käyttöä on alkoholin suurkulutus, jossa esiintyy psyykkisiä tai fyysisiä haittoja, mutta vielä ei ole muodostunut riippuvuussuhdetta. Alkoholiriippuvuus sen sijaan on tila, jossa päihteiden käyttäjä ei pysty enää hallitsemaan juomistaan, mikä voi olla pakonomaista. Alkoholiriippuvuuteen kuuluu myös vieroitusoireet, toleranssin kasvu ja juomisen jatkaminen haitoista huolimatta. Alkoholiriippuvuus on sairaus eli se diagnosoidaan ICD-10-luokituksessa oireyhtymäksi F10.2. (Aalto, Bäckmand, Haravuori, Lönnqvist, Marttunen, Melartin, Partanen, Partonen, Seppä, Suomalainen, Suokas, Suvisaari, Viertiö & Vuorilehto 2009, 11-14.)

Holopaisen (2007) (ks. Irti huumeista ry 2016) mukaan huumeriippuvuus on aivojen sairaus, joka on usein etenevä, krooninen ja välillä oireeton, mutta retkahduksia aiheuttava tila. Huumeet sisältävät ainesosia, jotka vaikuttavat etenkin pitkällä aikavälillä ja useasti otettuna hermoston reagoitintapaan. Tästä seuraa huumeriippuvuus. Holopaisen mukaan huumeriippuvuudesta kärsivällä aineen sietokyky kasvaa ja siten annoskoot suurenevat hiljalleen. Jos huumeen käyttömäärää vähentää tai sen lopettaa kokonaan, seuraa erilaisia vakaviakin psyykkisiä ja fyysisiä vieroitusoireita. Myös huumeista riippuvaiseksi tuleva saattaa omata tiettyjä perintötekijöitä. Perintötekijät eivät kuitenkaan yksinään riitä aiheuttamaan huumeriippuvuutta, vaan sen syntymiseksi vaaditaan myös aineelle altistumista. Sen syntymiseen vaikuttavat myös psykologiset tekijät kuten ystäväpiiri ja muu mallioppiminen.

Huumeriippuvaisella on alkoholistin tavoin pakonomainen tarve käyttää ainetta. Aineen käyttömäärän kasvaessa myös psykologisia muutoksia alkaa esiintymään. Käytettävä aine alkaa hallitsemaan elämää yhä enemmän ja enemmän ja siten kontrolli ainetta kohtaan vähenee ja pahimmassa tapauksessa pettää kokonaan. Vasta tässä tilanteessa huumeriippuvuutta voidaan kutsua krooniseksi aivosairaudeksi. Riippuvuushäiriöiden neurobiologiasta on toistaiseksi vielä suppeasti tietoa. Tiedetään kuitenkin, että aineen käyttö vaikuttaa mielihyvakeskuksen ja hermoston reseptorien toimintaan. Sairaudesta toipuminen on pitkä prosessi, joka vaatii usein

säännöllistä lääkitystä, pitkäjänteistä psykologista hoitoa ja oikeaa motivaatiota. (Irti huumeista ry 2016.)

Riippuvuus päihdyttävästä aineesta on vakava, kokonaisvaltaisesti sen käyttäjän elämään vaikuttava sairaus. On selvää, että päihderiippuvaisen elämäntapa vaikuttaa myös ympärillä olevien ihmisten elämään. Seuraavassa kappaleessa perehdytään enemmän niin päihderiippuvaisen kuin satunnaisestikin päihteitä käyttävien vanhempien vaikutuksesta nuoreen.

4 Nuori ja vanhemman päihteiden käyttö

Tässä kappaleessa esittelen nuoren näkökulmasta asioita liittyen vanhemman päihteiden käyttöön. Lisäksi kuvaan nuoruuteen liittyviä kehityspsykologisia näkökulmia. Nuoruusikä liittyy olennaisesti Varjomaailman nuorten elämäntilanteeseen. On tärkeää ymmärtää Varjomaailman konteksti; nuoruus on jo itsessään hankalaa aikaa, mutta yhdistettynä vanhemman päihteiden käyttöön nuoruus voi olla entistä haastavampaa aikaa.

4.1 Ihmisen psykologinen kehitys nuoruusiässä

Nuoruusiässä ihmisessä tapahtuu monia fyysisiä ja psyykkisiä muutoksia, jotka vaikuttavat kokonaisvaltaisesti ihmisen elämään ja kehitykseen. Kehitys johtuu muun muassa nuoruudessa tapahtuvista hormonaalisista muutoksista, joiden yksi tarkoitus on muuttaa nuoren keho sukkupäiseksi. Nuoressa tapahtuvat fysiologiset ja kehon rakenteen muutokset vaikuttavat nuoren kehittyvään identiteettiin ja minäkuvaan. Nuoret hakevat omaa identiteettiään nuoruusiässä aktiivisesti kokeillen monia eri rooleja ja ajatusmalleja. Nuoren ajattelu muuttuu konkreettisesti abstraktimmaksi. Nuori alkaa suunnitella tulevaisuuttaan ja kykenee tekemään elämässään päätöksiä aiempaa paremmin ja selkeämmin. Ajattelun kehittymisen myötä nuori luo pohjaa omalle moraalille ja periaatteille sekä kykenee ymmärtämään maailmassa tapahtuvia asioita paremmin. (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Pulkkinen & Ruoppila 2014, 142-147, 160.)

Hägglund, Pylkkänen ja Taipale (1978) kuvaavat nuoruusiän jakautuvan kolmeen jaksoon (ks. Dunderfelt 1999, 92-93). Heidän mukaansa ensimmäinen vaihe alkaa noin 13-vuotiaana ja on nuoruusiän varhaisvaihe, jota kutsutaan ihmissuhteiden kriisiksi. Siihen sisältyy biologisia muutoksia, protestointia auktoriteetteja vastaan sekä uusien ystävyys-suhteiden solmimista. Nuoruusiän keskivaiheessa (16-19-vuotiaana) nuori kokee identiteettikriisin, johon sisältyy samastumisia ja ihastumisia, minäkokemuksen selkiinnyttämistä ja syvällisiä ihmissuhteita. Lisäksi nuori kokeilee omia rajojaan. Nuoruusiän loppuvaiheessa (noin 19-25-vuotiaana) nuorella on ideologinen kriisi, jossa nuori rauhoittuu pohtimaan omaa asemaansa maailmassa ja jonka aikana ihminen tyypillisesti aloittaa itsenäisen elämän.

Nuoruusiässä ihminen harjoittelee itsenäisyyttä perheen turvin. Nuori saa enemmän vapauksia ja harjoittelee monia velvollisuuksia valmistautuen aikuisuutta varten. Ikätoverien merkitys kasvaa lapsuuden ajoista ja nuori viettääkin enemmän aikaa heidän kanssaan. Nuoret näyttävät viettävän aikaa keskenään samankaltaisten ikätovereiden kanssa. On olemassa tutkimusnäyttöä myös siitä, että nuoren vanhemmilla ja heidän kasvatustyyleillään on paljon vaikutusta siihen, millä tavalla nuori ajattelee ja toimii omassa elämässään. Toisaalta tiedetään, että myös nuori itse vaikuttaa omaan kehitykseensä omalla toiminnallaan ja omilla ominaisuuksillaan. (Nurmi ym. 2014, 148.)

McAdams (1999) (ks. Nurmi ym. 2014, 160-161) on mukaillut Erik H. Eriksonin kehityspsykologista teoriaa, joka liittyy nuoruuden identiteettikriisiin. McAdamsin mukaan nuoret keksivät itsestään identiteettikertomuksia, joiden avulla he pyrkivät yhdistämään menneisyytensä nykyhetkeen ja sitä kautta ennakoituun tulevaisuuteensa. Näiden kertomusten avulla nuoret luovat itsestään myönteistä kuvaa ja pystyvät liittymään erilaisiin sosiaalisiin ryhmiin ja kulttuuriin rakenteisiin. Identiteettikertomukset ovat nuoren subjektiivisia kokemuksia, jotka perustuvat voimakkaasti tulkinnallisiin elementteihin. Myös Marcia (1980) (ks. Nurmi ym. 2014, 160-161) on vienyt Eriksonin teoriaa eteenpäin, jonka mukaan identiteetti muodostuu kahden mekanismin ansiosta; ensin nuori kokeilee erilaisia aikuisen rooleja, jonka jälkeen hän päättää niihin sitoutumisesta. Marcia kuvaa identiteetin kehityksen nelivaiheiseksi alkaen identiteettidiffuusiosta, jossa nuori ei etsi identiteettiään eikä sitoudu ratkaisuihin. Moratoriovaihe pitää sisällään etsinnän, mutta ei sitoutumisen ratkaisuihin. Kolmantena vaiheen on omaksuttu identiteetti, jossa nuori sitoutuu ratkaisuihin ilman etsintävaihetta. Viimeisenä identiteettivaiheena Marcia pitää saavutettua identiteettiä, jossa nuori on sitoutunut ratkaisuihin etsintävaiheen jälkeen.

Nuoruusiässä yksilö alkaa käymään enemmän vuoropuhelua, neuvotteluja ja keskusteluja vanhempiensa kanssa. Vanhemmat tekevät yhdessä nuorten kanssa enemmän päätöksiä arjen asioista. Samalla nuoren itsenäisyys voimistuu. Nuoret myös viettävät vähemmän aikaa perheensä kanssa ystävien viedessä enemmän aikaa. Vanhemmat ja nuoret riitelevät enimmäkseen arkisista asioista ja velvollisuuksista, kuten kotitöistä tai pukemisesta. Tilanteet ratkaistaan käskyllä tai vetäytymällä. Konfliktien määrä vähenee nuoren vanhetessa. Myöhäisnuoruutta elävien yksilöiden ja vanhempien keskinäiset konfliktit jäävät yleensä selvittämättä. (Nurmi ym. 2014, 163.)

Nuoruusikä tuo ihmiselle mahdollisuuksia ja haasteita, mutta on kaikkiaan myös haavoittuvaa aikaa. Pylkkäsen (2003) (ks. Nurmi ym. 2014, 169) mukaan liki joka kymmenennellä nuorella on vakavia tunneperäisiä vaikeuksia kuten masennusta. Lisäksi ahdistus- ja pelkotiloista kärsii runsas kymmenesosa nuorista. Graberin (2004) mukaan (ks. Nurmi ym. 2014, 169-170), jonka

mukaan masennuksen syynä ovat noin 50 prosentilla geneettiset syyt. Tiedetään myös, että traumaattiset tapahtumat ja negatiivisten tapahtumien kasauma lisää masennusoireita. Graber esittää, että, että perheen sisäiset konfliktit sekä nuorten huono kohtelu ja hyväksikäyttö ovat yhteydessä nuorten masentuneisuuteen ja erilaisiin mielenterveyden ongelmiin. Graberin mukaan nuorta suojaavia tekijöitä ovat optimismi, myönteinen käsitys omasta itsestä ja toiminnan tulosten tulkintatavat. Kaverisuhteilla näyttää olevan merkitystä nuoren mielenterveyden suhteen. Kiusaamisesta nimittäin kärsivät useinkin juuri masentuneet ja ahdistuneet nuoret.

Nurmi ym. (2014, 170-171) mukaan nuoret kärsivät myös erilaisista käytöshäiriöistä ja asosiaalisesta käytöksestä. Tyttöillä käytöshäiriöt ovat harvinaisempia. Heillä kuitenkin aggressiivinen käytös näkyy epäsuorana toimintana ikätovereita kohtaan, tästä esimerkkinä juoruilu. Pojista lähes neljännes on kokenut väkivallan uhkaa, kun taas tyttöillä luku on selvästi pienempi. Tytöt kärsivät poikia enemmän seksuaalisesta häirinnästä. On huomattu, että lapsuuden aikaisista temperamentti- ja persoonallisuustyypistä erityisesti kontrolloimattomuus, impulsiivisuus ja vaikea temperamenttityyppi ennakoivat nuoruuden aikaisia käytöshäiriöitä, rikollisuutta ja aggressiivisuutta. Myös vanhemmilla näyttää olevan vaikutusta käytöshäiriöiden ja rikollisuuden syntymiseen nuorilla. Tutkimusten mukaan vähäinen vanhempien ohjaus, heikko ja vaihteleva kurinpito sekä erityisesti ankarien rangaistusten käyttö vaikuttavat nuoreen yllä mainitulla tavalla.

Nuoruusiän kriiseihin kuuluu myös päihteiden kokeilu ja käyttö. Nurmen ym. (2014, 172-174) mukaan etenkin alkoholi, kannabis ja tupakka kuuluvat nuorten käyttämiin päihteisiin. Päihteiden käyttäjien ja kokeilijoiden määrä näyttää kasvavan iän myötä. Perheessä tapahtuva päihteiden käyttö ja muu erilainen ongelmakäyttäytyminen näyttävät ennustavan varhaista alkavaa käyttöä. Perintötekijöillä näyttää olevan vaikutusta etenkin alkoholin ja tupakan käyttöön. Perheen yhteenkuuluvuus ja huolenpito ovat nuorta suojaavia tekijöitä päihteiden käytön suhteen. Nuorta voi yrittää suojella päihteidenkäytöltä yrittämällä ohjata häntä päih-teettömiin kaveripiireihin tai keskustelemalla avoimesti päihteiden haitoista. On kuitenkin esitetty, että nuorten päihteiden käyttö voi heijastaa nuorten ja vanhempien keskinäisiä ongelmia. Nuorten huumausaineiden käytöllä näyttää olevan yhteys perhemuotoon. Uusioperheissä kasvavilla nuorilla huumausaineiden käyttö on runsaampaa. Nuoren päihteiden käyttöön vaikuttaa ympäristötekijöiden lisäksi erityisesti nuoren impulsiivisuus, häiriintyvyys ja itsekontrollin vähyys. Käyttäytymisongelmiin ja aggressiivisuuteen liitetään usein päihteiden käyttö, kun taas masennuksen ja ahdistuksen osalta tutkimusnäyttö on epäselvää.

Kaiken kaikkiaan nuoruusikä on ihmiselle yksi kaoottisimmista elämänvaiheista. Dunderfelt (1999, 95) tuo esiin myös lain edessä tulevat muutokset nuoruudessa. Esimerkiksi 15 vuotta

täytettyään ihminen on ensimmäistä kertaa elämässään rikosoikeudellisessa vastuussa tekemisistään. Vaikka nuori on lain edessä vastuullisempi toiminnastaan, on hänen kehityksensä edelleen radikaalissa myllerryksessä ja sen vuoksi hänen toimintansa ei välttämättä vastaa hänen perimmäistä arvo- ja ajatusmaailmaansa. Ei liene epäselvää, miksi nuoruusiässä koetaan paljon vaikeuksia; yhteiskunnan odotukset ja nuoren kehitystaso eivät välttämättä kohtaa toisiaan. Varjomaailman asiakaskunta elää näiden ilmiöiden parissa joka päivä. Heidän arvonsa ja asenteensa elämää, maailmaa, itseään ja toisia ihmisiä kohtaan elävät jatkuvassa murroksessa. Varjomaailman nuoret toisin sanoen kamppailevat sekä iästään että perhe- ja kotitilanteestaan johtuvien ilmiöiden parissa.

4.2 Vanhemman päihteiden käytöstä seuraavat haitat nuoren näkökulmasta

Päihteiden ongelmallinen käyttäminen tuottaa hankaluuksia päihteiden käyttäjille ja heidän läheisilleen. Nykyään jopa kymmenet tuhannet lapset Suomessa kärsivät vanhempiensa alkoholinkäytöstä. Suurin osa lapsista kokee vanhempien päihteiden käytön vaikuttavan haitallisesti heidän elämäänsä ja osa heistä kokee sen olevan terveyttä tai henkeä uhkaava ongelma. Lasten kokemuksia vanhempien päihteiden käytöstä on tutkittu kuitenkin vähän. (Itäpuisto 2008, 8.)

Opinnäytetyössäni lähestyn vanhemman päihteiden käyttöä nuorten kokeman haitan näkökulmasta. Warpeniuksen ja Tigerstedtin (2013, 15-16, 17) mukaan alkoholin suhteen ongelman on osittain muodostanut alkoholilakiin liittyneet muutokset. Alkoholin kulutus vapautettiin Suomessa viime vuosisadan loppupuolella. Tämä aiheutti sen, että alkoholinkäyttöä alettiin pitää yksityisasiana. Yksilöllisyyttä korostavassa yhteiskunnassamme alkoholin suurkulutusta pidettiin ensisijaisesti yksilön ongelmana. Ajateltiin, että ratkaisukeinona toimii juojan ongelmien hoitaminen. Ajattelutapa kuitenkin vähättelee alkoholistin läheisten oikeuksia saada tulla kuulluksi ja hoidetuksi alkoholiongelman sivullisena uhrina. Tämän ajattelutavan mukaan juoja ikään kuin vapautetaan vastuusta tilanteesta, jonka hän aiheuttaa lähipiirilleen. Tästä syystä alkoholihaittojen vuorovaikutuksellista luonnetta tulisi korostaa enemmän. On tärkeää ymmärtää, että alkoholista syntyy haittaa muillekin kuin sen käyttäjille. Opinnäytetyössäni käytettävässä haittanäkökulmassa korostuu vahvasti se, että päihteiden käyttäjä vaikuttaa läheisiinsä haluamattaankin.

A-klinikkasäätiön tutkimuksen mukaan nuoren ikä vaikuttaa vanhemman päihteiden käytöstä johtuvan haitan kokemiseen. Yli 16-vuotiaat kokevat vanhempien päihteiden käytöstä johtuvan haitan voimakkaammin kuin nuoremmat lapset. Tähän voidaan olettaa syynä olevan joko nuoren ajattelun kehittyminen tai heille siihen mennessä kertyneet kokemukset vanhempien päihteidenkäyttöön liittyen. Kolmasosa 12-13-vuotiaista pelkäsi vanhemman joutuvan onnettomuuteen. Vanhempien päihteidenkäyttö aiheuttaa myös muita pelkoja 12-13-vuotiaille.

Näitä ovat perheen koossapysyminen, sisarusten terveys ja hyvinvointi sekä perheen rahatilanne. Kaikista haittoja kokeneista nuorista lähes joka viides pelkää vanhemman mielenterveyden puolesta. Tutkimustulosten perusteella sukupuolten välisiä eroja oli joissakin asioissa. Tytöt raportoivat pelkäävänsä vanhempia useammin kuin pojat. Tytöt joutuvat myös kaksi kertaa todennäköisemmin rumien puheiden tai epäsovivien ehdotusten kohteeksi kuin pojat. Pojat taas pelkäsivät sisarustensa hyvinvoinnin puolesta enemmän kuin tytöt. (Takala & Roine 2013, 30.)

Aikuisen humala voi hävettää, inhottaa ja pelottaa nuorta. Nuoret kokevat vanhempien päihteidenkäytöstä koituvan haittaa arkipäivän asioiden sujumiseen. Tyypillisiä ovat myös lupaukset ja sopimukset, joita rikotaan alkoholin käytön vuoksi. Vanhemman humalatila muuttaa hänen persoonaansa, joka voi haitata ja pelottaa nuorta. A-klinikkasäätiön vuonna 2011 nuorille teettämän kyselyn mukaan 78 % vastaajista kertoo isän juomisen olevan haitallista. Äidin juomisen haitallisuudesta raportoi 34 % vastaajista. (Takala & Roine 2013, 26-29.)

Vanhemman päihteiden käyttö aiheuttaa yleensä riskitekijän lapsen hyvinvoinnille, sillä vanhemman toimintakyky laskee päihdyttävän aineen myötä. Vanhemman päihteiden käytön vaikutukset lapsiperheeseen riippuvat päihteen käytön säännöllisyydestä, päihderiippuvuuden asteesta ja käytetyistä aineista. Tilanteeseen vaikuttaa myös perheessä vallitsevat muut mahdolliset ongelmat. Useat riskitekijät samassa perheessä lisäävät ongelmien kasautumista. Päihderiippuvuus lisää arkeen hallitsemattomuutta ja turvattomuutta. Varsinkin lapselle tärkeät arkirutiinit voivat hävitä tai laimentua. Vanhempien ja lapsen väliset vuorovaikutuspulmat lisääntyvät lapsen kasvaessa. Ne näkyvät lapsen käytöksessä myöhemmässä vaiheessa etenkin sellaisissa tilanteissa, joissa vaaditaan itsesääätelyä ja toiminnan suunnittelua. (Kivitie-Kallio & Autti-Rämö 2012, 198.)

Kivitie-Kallion ja Autti-Rämön (2012, 198-199, 201-211) mukaan vanhemman päihteiden käyttö vaikeuttaa lapsen perushoitoa ja aiheuttaa sekasorron tilan perheessä. Lapsi ei voi luottaa saavansa vanhemmalta tilanteisiin liittyvää hoivaa. Äidin huolenpito lastaan kohtaan voi olla toisinaan antaumuksellista, jopa tunkeilevaa, ja toisena hetkenä äiti voi kohdella lastaan torjuvasti ja kylmästi. Vanhemman huomiointikyky heikkenee päihteen käytön myötä ja se lisää lapsen onnettomuusriskiä. Äidin raskauden aikainen päihteiden käyttö voi aiheuttaa vakavia sikiövaurioita. Käytettävästä päihteestä ja sen määrästä riippuen seuraukset vaihtelevat. Sikiöaikainen altistuminen päihteille voi aiheuttaa erilaisia fyysisiä ja psyykkisiä vaikutuksia, jotka voivat näkyä läpi lapsen elämän. Lisäksi sikiöajan päihdealtistuksella arvioidaan olevan vaikutusta myöhemmin ihmisen elämässä esimerkiksi syrjäytymiseen tai erilaisiin opiskeluun ja koulunkäyntiin liittyviin vaikeuksiin.

Vanhempien päihteiden käytön vaikutukset näkyvät lapsiperheessä köyhyytenä, alhaisena sosiaalisena asemana, syrjäytymisenä, hoidon ja tuen puutteena, ajan vähyytenä koulutehtävien suhteen sekä unen puutteena. Vanhemman päihteiden käyttö aiheuttaa myös sen, että nuori kokee tai näkee väkivaltaa ja perheriitoja. (Holmila Itäpuisto & Ilva 2011, 182; Takala & Roine 2013, 28.) Aiemman tutkimuksen perusteella tiedetään, että nuoret kokevat perhetilanteestaan ahdistusta ja luottamus vanhempaa kohtaan kärsii. Nuoret pelkäävät päihteiden käyttäjää. Vanhemmasta koetaan häpeää ja perhetilanteesta vaietaan herkästi. Nuori pelkää vanhemman päihdeongelman leimaavan hänet. Lisäksi osa nuorista arvelee vanhemman päihdeongelman vaikuttavan omaan päihteiden käyttöönsä. (Takala & Roine 2013, 28, 32.) On tärkeää huomioida, että nuoret voivat kokea haittoja vanhemman päihteiden käytöstä myös silloin, jos vanhempi ei ole alkoholiongelmainen (Piispa 2010, 21).

Ackermanin (1986) mukaan (ks. Haverfield & Theiss 2014, 166-167) perheenjäsenen alkoholismi on tyypillisesti koko perheen sairaus, sillä se vaikuttaa kaikkiin perheenjäseniin. Schaden (2006) (ks. Haverfield & Theiss 2014, 166-167) mukaan alkoholisti pistää alkoholin perheen ja työn edelle. Hän kärsii taloudellisista vaikeuksista, käyttäytyy verbaalisesti ja fyysisesti väkivaltaisesti ja vetäytyy lähimmäisistään. Kansainvälisen alkoholin käytön ja alkoholismin instituutin (NIAAA 2010) mukaan alkoholisti tyypillisesti turhautuu herkästi, tavoittelee täydellisyttä, on ahdistunut ja kärsii yksinäisyyden tunteesta ja heikosta itsetunnosta. Nämä asiat heijastuvat perheenjäsenien ja alkoholistien välisiin suhteisiin. Woititzin (1985) (ks. Haverfield & Theiss 2014, 166-167) mukaan alkoholistivanhempi on epäjohtonmukainen kiintymyksen näyttämisen suhteen lapsiaan kohtaan; toisinaan hän osoittaa rakkautta ja lämpöä, toisinaan jopa hylkää lapsensa.

Ohannesian (2011, 18-19) esittää, että isän päihteiden käyttö vaikuttaa nuoreen haitallisemmin kuin äidin päihteiden käyttö. Isän päihteiden käytön voidaan nähdä ennakoivan nuoren omaksumaa päihteiden käyttöä. Aiemman tutkimuksen perusteella tiedetään myös, että isän päihteiden käyttö vaikuttaa enemmän myös nuoren huumausaineiden käyttöön. Ohannesianin tutkimuksen mukaan äidin päihteiden käyttö aiheuttaa tytöille masennusta, ahdistusta ja alkoholin käyttöä. Pojat eivät kokeneet äidin päihteiden käytöstä samanlaisia seurauksia kuin tytöt. Tyttöjen mielenterveyttä näyttää suojaavan avoin keskusteluyhteys jommankumman vanhemman kanssa, vaikka perheen isä käyttäisikin runsaasti alkoholia. Mikäli tyttö ei pysty keskustelemaan avoimesti vanhempiansa kanssa, näyttää isän runsas alkoholin käyttö aiheuttavan masennusta. Poikien kohdalla keskusteleminen vanhempien kanssa ei näytä suojaavan mielenterveysongelmilta.

Päihderiippuvaisten äitien määrä on kasvanut Suomessa. Alkoholi näyttää olevan äideillä eniten käytetty päihde ja lisäksi huumausaineiden käyttö on kasvanut. Äidin päihdeongelma

näyttää vaikuttavan lapsen sairastuvuuteen ja sairaalakäynteihin. Siten ajateltuna äidin päihdeongelma voi vaikuttaa suuresti lapsen hyvinvointiin ja terveyteen. Äidin päihderiippuvuus näyttää olevan myös yksi merkittävä syy lapsen huostaanotolle. (Holmila, Raitasalo, Autti-Rämö & Notkola 2013, 40-45.)

Sariola (2006, 139-140) esittää, että myös vanhemman huumeiden käyttö vaikuttaa lapsen elämään negatiivisesti. Lapset elävät psykologisesti ja taloudellisesti heikommassa asemassa kuin normaalissa elämäntilanteessa elävät lapset. Lisäksi vanhemman huumeiden käyttö altistaa lapset fyysiselle ja emotionaaliselle laiminlyönnille ja hyväksikäytölle. Myös vastakkaisia tutkimustuloksia on esitetty. Joissakin huumeiyhteisöissä lasten materiaaliset tarpeet tyydytettiin; heillä on ruokaa, leluja ja laadukkaita vaatteita. Stein, Leslie ja Naymathi (2002) (ks. Sariola 2006, 139-140) esittävät, että vanhemman huumeongelma vaikuttaa lapseen muillakin tavoin. Lapsi kärsii heikosta itsetunnosta, muista psykologisista ongelmista, asunnottomuudesta, masennuksesta, fyysisestä hyväksikäytöstä ja hän saattaa myöhemmin elämässä altistua itsekin päihteiden käytölle.

Punamäki, Belt, Rantala ja Posa (2006, 239) toteavat huumeiden käytön vaikuttavan kielteisesti vanhemmuuden laatuun ja äidin ja lapsen väliseen suhteeseen. Mayes ja Truman (2002), Pajulo (2001) sekä Schuler, Nair, Black ja Kettinger (2000) (ks. Punamäki ym. 2006, 239) huomasivat huumeriippuvaisten äitien olevan passiivisempia vuorovaikutuksessaan lapsensa kanssa kuin raittiit äidit. Lisäksi äidit ilmaisivat vähemmän iloa ja nautintoa vuorovaikutuksessa lapsensa kanssa kuin verrokkit. Huumeriippuvalaiset äidit olivat vähemmän sensitiivisiä lapsen viesteille ja heidän kyky luottaa omiin taitoihinsa olla vuorovaikutuksessa olivat heikot kuin raittiilla. He kertoivat stressaantuvansa herkästi ja rankaisevansa lapsiaan helposti. Pajulon, Savonlahden ja Pihan (1999) tutkimuksen mukaan äidin yhtäaikainen huumeriippuvuus ja masennus heikentävät entisestään lapsen turvallista kiintymystä vanhempaansa. Turvallinen kiintymys on tärkeä osa lapsen kokonaisvaltaista tervettä kehitystä. Punamäen ym. (2006) tutkimuksessa todetaan, että huumeriippuvuus yksin ei johda aina vaaraan lapsen kehityksen ja mielenterveyden suhteen. Huumeongelmaisen äidin ja hänen lapsensa väliset vuorovaikutusongelmat taas viittaavat mahdolliseen uhkaan.

Hyytinen (2007, 208) jäsentelee vanhempien huumeiden käytön vaikutukset lapseen kuuden eri kategorian mukaisesti. Näitä kategorioita eli ilmiöitä huumeperheessä ovat huumemaa- ilma, kotiolot, huumeinen vanhemmuus, hoiva, salailu ja turvallisuus. Huumemaa- ilmaan liittyy huumeikaupanteko ja aseet kotona, ratsiat ja pidätykset, velkaantuminen ja väkivallan uhka, luottamispula ihmisiin, pelko ja jännitys sekä huumemaa- ilman hallitseminen koko perheessä. Kotioloihin Hyytinen luokittelee lukitun makuuhuoneen, kodin huumeiden käyttöpaikana, talousvaikeuksien, kaaosmainen kodin sekä riitelyn. Huumeinen vanhemmuus sisältää rajuja mielialojen vaihteluita, tunteettomuutta, vieroitusoireita ja ”övereitä”, huolenpidon

puutetta sekä ennakoimattomuutta. Hoivalla Hyytinen tarkoittaa vanhemman kykenemättömyyttä kotiaskareisiin, lapsen vastuuttamista, laiminlyöntejä sekä rahan, ruuan ja siisteyden puutetta. Salailuun lukeutuu huumeikäytön, kotioilojen, vanhempien kunnon, hoivan puutteen ja huumekaupan salailu. Viimeiseen luokkaan eli turvallisuuteen Hyytinen liittää pelon aggressioista, itsetuhoisuudesta, masennuksesta, vieroitusoireista ja övereistä. Lisäksi turvallisuuteen liittyy häpeä ja yksinäisyys, hätä vanhemmista, pettymykset sekä arjen rakenteiden puutteet.

Aiempien tutkimusten mukaan vanhemman alkoholismien vuoksi lapsi ei saa riittävästi rajoja ja rakkautta vanhemmiltaan. Niiden puuttuessa perheen ulkopuolisten terveiden ihmishuhteiden luominen on hankalampaa. Tämä johtuu siitä, ettei lapsen minä kehity normaalisti. Lapsi oppii matkimaan vanhemman negatiivisia vuorovaikutustapoja kuten ilmaisemaan vihaa ja pakkokeinoja sekä oppii välttelemään vuorovaikutusta vertaistensa kanssa. Lapsi voi myös kärsiä vanhempien ristiriidoista ja heidän välisistä kommunikaatio-ongelmista. Niin lapsen kuin alkoholistin puolison riski sairastua mielenterveysongelmiin on suurempi kuin normaaleissa olosuhteissa elävillä ihmisillä. Suorat vaikutukset näkyvät välinpitämättömyytenä, ristiriitoina, hyväksikäyttönä ja roolien vaihtumisena. Päihdeperheessä lapsi ottaa yleensä vastuun vanhemmasta, sillä vanhempi ei itse pysty huolehtimaan itsestään saatika toisista ihmisistä. Vanheman ja lapsen välinen suhde voi olla monenlainen. Tutkimusten mukaan ”selvä” vanhempi voi antaa lapselle tarvittavaa lämpöä ja kuria, mutta hän voi toisaalta huolehtia alkoholistista, jolloin lapsi saa yhä vähemmän huomiota vanhemmiltaan. (Haverfield & Theiss 2014, 167-168.)

Vanhemman päihdeongelmasta juontuvat seuraukset voivat näkyä jo nuoruudessa tai vasta aikuisuudessa. Varttuvan lapsen voi olla haasteellista ilmaista tunteitaan. Parisuhdeongelmien todennäköisyys on suuri, jos on lapsuudessa elänyt päihdeperheessä. Lapsi voi siis kokea omassa aikuisuudessaan samoja ongelmia kuin mitä hän on kokenut lapsuudessaan. Aikuiset alkoholistien lapset voivat olla neuroottisia ja toisista riippuvaisia. Useat vanhemman päihdeidenkäytön varjossa eläneet hakeutuvat terapiaan tai vertaistukiryhmiin aikuisena. Tyypillistä heille on myös toisista huolta pitäminen, joka on ollut jo lapsesta asti olennainen osa elämää. Aikuisena alkoholistin lapsi saattaa itsekkin sairastua päihderiippuvuuteen. Toiset lapset kestävät paremmin vanhemman alkoholismien. Tässä tapauksessa lapsi sietää stressaavia tilanteita paremmin myös myöhemmällä elämässään. Hänellä on kyky muuntaa mielessään negatiiviset kokemukset positiivisiksi ja ottaa ikäistään suurempi vastuu varhaisen kypsymsensä vuoksi. (Haverfield & Theiss 2014, 168-169.)

Vanhemman päihdeongelman vaikutukset lapseen ovat siis moninaiset ja yleensä vaikuttavat pitkälle elämään. Niiden monisäikeisyyden vuoksi tilannetta voi olla vaikea havaita ulkopuolelta. Ongelman havaitsemista vaikeuttaa lapsen alisteinen asema suhteessa vanhempiin ja

täysi-ikäisiin. Se heikentää hänen mahdollisuutta ja oikeutta saada oma ääni kuuluviin. Vanhemman päihdeongelmasta voi siis muodostua todellinen ongelma niille lapsille ja nuorille, jotka kokevat haittoja vanhemman päihteiden käytöstä. Sosiaali- ja terveysministeriön (2007, 13) laatimassa Hyvinvointi 2015-ohjelmassa tiivistetään sosiaalialan pitkän aikavälin tavoitteita Suomessa. Yksi näistä tavoitteista on huono-osaisuuden ja ongelmien ylisukupolvisuuden katkaiseminen. Kiianmaan (2005) mukaan alkoholistien jälkeläisistä tulee useimmiten itsekin päihdeongelmaisia. Tämä johtuu hänen mukaansa alkoholitaiipumuksen geneettisestä periytymisestä eikä niinkään ympäristötekijöistä. Kun tiedetään päihdeongelman olevan ainakin enimmäkseen geneettisesti johtuvaa, on se myös ylisukupolvinen ilmiö. Mikäli tiede osaisi kertoa absoluuttisen totuuden periytyvyyden syistä, olisi päihdeongelmaisten ja heidän läheistensä elämä todennäköisesti raittiimpaa ja terveempää, koska heitä pystyttäisiin aina auttamaan samalla tavalla.

5 Vanhemman päihdeongelman varjossa elävien nuorten auttaminen

Tässä kappaleessa pureudun siihen, miten nuoria voidaan tukea, kun he kokevat kärsivänsä vanhempien päihteidenkäytöstä. Kappale etenee verkkososiaalityön teoriaan, joka laajemmassa kontekstissaan edustaa Varjomaaailman ryhmien toimintaa. Viimeiseksi kuvaan vertaistukitoimintaa, joka toteutuu verkossa Varjomaaailman toimesta.

5.1 Nuorten auttamiskeinot

Holmila ym. (2009, 105) toteavat, että vaikka yhteiskunnassamme on paljon vanhemman päihdeongelmasta kärsiviä lapsia, on heitä mahdollista auttaa oikein kohdennetun tuen avulla riippumatta vanhemman ongelmasta päihteiden käyttöön liittyen. Lasten auttamisen kannalta olennaista olisi tarjota apua varhaisessa vaiheessa, mutta ongelman näkymättömyyden vuoksi avun tarjoaminen oikeaan aikaan voi olla todellinen ongelma. Suomessa tarvittaisiin asenne- ja muutos ja ongelman kohtaamista sen maton alle lakaisemisen sijaan. Päihdeperheisiin kohdistuu paljon stigmatisointia. Holmila ym. viittaavat myös vuosien 2004-2007 ja 2008-2011 valtioneuvoston Alkoholiohjelmiin, joiden tavoitteina on ollut alkoholin aiheuttamien haittojen vähentäminen perheille ja lapsille.

Vanhemman päihdeongelman varjossa elävä lapsi ei välttämättä itse pysty kertomaan kodissa vallitsevasta tilanteesta. Siten lasten kanssa työskenteleviltä odotetaan päihdeongelman tunnistamista ja kykyä puuttua tilanteeseen. Jos lapsi avautuu aikuiselle kodin ongelmista, aikuisen on oltava lapsen tukena ja kannustettava lasta. Lapselle on hyvä ilmaista, ettei hän ole ainoa ongelman kanssa painija ja vanhemman päihdeongelma ei ole hänen vikansa. Aikuisen tulee viestittää lapselle, että hänen tunteensa ja huolensa ovat oikeutettuja, ja että oli hyvä kun lapsi puhui asiasta. Lapselle tulee kertoa, että on olemassa apua, mikäli hän ei itse sitä

tiedä. On hyvä kertoa, että lapsi voi tulla milloin tahansa hänen puheilleen. Lapsi hyötyy aikuisen vahvan tuen lisäksi vertaisiltaan saamasta tuesta. Vertaistuen avulla lapsi huomaa, ettei ole ainoa, joka kokee vanhempien päihteiden käytön olevan haitallista. Lapsi pystyy peilaamaan omia tunteitaan sekä jakamaan kokemuksiaan toisille ja kuuntelemaan toisten tarinoita. (Itäpuisto 2008, 83-90, 98-100, 113-116.)

Nuorten kokemat haitat lievenevät, jos vanhemmat vähentävät päihteiden käyttöä. Vain pieni osa alkoholiongelmiaisista kuitenkin hakeutuu tai haluaa tulla hoidon tai avun piiriin. Vanhemmat eivät koe tarjottavaa apua positiivisena ja tarpeellisena. Myös käsitys lapsen edusta vaihtelee aikuisten keskuudessa. Ei ole itsestään selvää, että jokin tietty toimintatapa on lapsen edun mukaista. Tilannetta hankaloittaa se, että lapsen lailliset oikeudet ovat puutteelliset ja lapsi on aikuisille alisteinen. Tämä vaikeuttaa lapsen avun saamista. Avun mahdollistamiseen tarvitaan usein vanhemman lupa ja osittain vanhemman myöntymys omasta ongelmastaan. Vanhemman oikeutta määrätä lastensa tuen saamista voidaan ”kiertää” tarjoamalla anonyymeja palveluita. Näihin lukeutuvat tukipuhelimet ja internetpalvelut. Internetin välityksellä on mahdollista tavoittaa monenlaisia lapsia, joista osa on kenties jäänyt ilman minkäänlaista tukea. Internetissä nuorta pystytään tukemaan ja neuvomaan. Kaikille anonyymit palvelut eivät riitä, jolloin tarvitaan myös konkreettisia keinoja puuttua tilanteeseen. (Itäpuisto 2005, 127-128.)

Nuoria pystytään auttamaan sosiaalityön menetelmin. Yksilökohtainen palvelunohjaus on asiakkaan yksilöllisen elämäntilanteen kartoitusta ja hänelle sopivien palvelujen ja tukimuotojen löytämistä. Asiakkaan voimavaroja pyritään vahvistamaan ja elämänhallintaa lisäämään. Yksilöllinen palvelunohjaus on erityisen hyödyllinen heille, jotka tarvitsevat intensiivisempää tukea tai joilla ei ole ennestään kontaktia palvelujärjestelmään. Vuorovaikutussuhde on työntekijän ja asiakkaan välillä lämmin, kannustava ja tukeva, sillä työntekijästä tulee asiakkaalle tuttu ja turvallinen. (Raunio 2009, 174-178.) Varjomaailman ryhmien toiminnassa hyödynnetään yksilöllistä palvelunohjausta. Työntekijät kartoittavat nuoren elämäntilanteen. Nuorta pyritään vahvistamaan siten, että hän ymmärtäisi oman tilanteensa ja pystyisi toimimaan oman hyvinvointinsa edistämiseksi. Osalla Varjomaailman nuorista ei ole minkäänlaista kontaktia palvelujärjestelmään. Ohjaajat pyrkivät tällöin etsimään palveluita, joista nuori hyötyisi.

Toinen opinnäytetyöni kannalta olennainen sosiaalityön muoto on psykososiaalinen työ. Se pohjautuu terapeuttiseen vuorovaikutukseen. Työ on luonteeltaan korjaavaa. Asiakkaan kokonaisvaltaisen elämäntilanteen ymmärtäminen on tärkeää. Psykososiaalinen työ pyrkii muutokseen asiakkaan tavoissa ajatella elämäänsä ja toimia siinä. Tavoitteena on voimauttaa asiakas ymmärtämään oma tilanteensa ja toimimaan asioidensa eteen sekä lisätä asiakkaan vuorovai-

kutuskykyjä. Työntekijän tulee pyrkiä ymmärtämään, mutta kriittisesti analysoimaan asiakkaan tilannetta ja kokemusmaailmaa. Työvälineenä toimii aito dialogi. (Raunio 2009, 178-184.) Varjomaailman ryhmien toiminnan lähtökohtana on mahdollistaa luottamuksellinen ympäristö, jossa nuori pystyy puhumaan omasta elämäntilanteestaan. Kun nuoren elämäntilanne on kartoitettu, hänet pystytään ohjaamaan eteenpäin. Ohjaajat pyrkivät vahvistamaan nuoria toimimaan omassa elämässään ja vahvistamaan nuoren itsetuntoa.

Vanhempiensa päihteidenkäytöstä kärsiville nuorille tulisi olla tarjolla matalan kynnyksen palveluja esimerkiksi koulussa ja internetissä. Kaikkia nuorten kanssa työtä tekeviä tulisi kouluttaa kohtaamaan nuoria, jotka kokevat haittaa vanhempien päihteiden käytöstä. Verkkoympäristöä pitäisi hyödyntää ennakkoluulottomammin myös julkisten palveluiden toteuttamisessa. Lapsuutensa internetin aikakaudella elänyt nuori kokee verkon luonnolliseksi paikaksi hoitaa asioita, vaikuttaa ja kuulua yhteisöihin. (Takala & Roine 2013, 32-33.) Varjomaailma-verkkopalvelu on helposti löydettävissä internetistä, kun etsii apua vanhempien päihteiden käyttöön liittyen. Varjomaailma-toiminta on ainutlaatuinen palvelu niille lapsille ja nuorille, jotka kärsivät vanhempien tai muiden läheisten aikuisten päihteidenkäytöstä (Hubara & Pärssinen 2013, 109). Aiemman tutkimustiedon perusteella voidaan päätellä, että koska vanhempien päihteiden käytöstä johtuvaa haittaa kokee neljännes nuorista, olisi luontevaa panostaa Varjomaailman kaltaisiin verkkopalveluihin nuorten auttamiseksi.

5.2 Verkkososiaalityön hyödyntäminen

Reilusti yli puolet ihmisistä etsii tietoa terveyteen, sairauksiin ja ravitsemukseen liittyvistä asioista internetistä. Siitä voidaan päätellä, että avun hakeminen netistä on aktiivista myös muiden syiden vuoksi. Siksi on perusteltua tarjota erilaisia virtuaalisia tukimuotoja sen käyttäjille. (Granholm 2010, 157.) Internet luo uuden ulottuvuuden sosiaalityölle. Sosiaalityötä on perinteisesti pidetty kasvokkain tapahtuvana auttamistyyppinä, joka tapahtuu vuorovaikutuksessa ja henkilökohtaisesti. Verkkososiaalityö ei voi vastata tällä hetkellä kaikkiin pulmiin kuten sosiaalisiiin ongelmiin, mutta sitä voidaan käyttää etenkin ennaltaehkäisevässä työssä tehokkaasti. Lisäksi sosiaalityö verkossa mahdollistaa erilaisten verkkovertaistukiryhmien luomisen ja ylläpitämisen, joiden toiminnalla on yhteisön jäsenille merkittävä vaikutus. (Heikkonen & Ylönen 2010, 123-126.)

Auttavilta verkkopalveluilta odotetaan asiantuntijatietoa ja ohjausta, terapiaa ja diskurssin hallintaa. Järjestöt pitävät yllä internetpohjaisia vuorovaikutteisia palveluita, jotka sisältävät erilaisia yksilöllisiä palvelunohjauksia ja keskusteluryhmiä. Näissä palveluissa työntekijät käyvät luottamuksellista keskustelua asiakkaiden kanssa, jonka tulee luoda nimimerkki tätä varten. Tällainen toimintaympäristö mahdollistaa etäisyyden ottamisen tilanteeseen, kun teks-

teihin on mahdollista palata myöhemminkin. Kyseinen työmuoto mahdollistaa sen, että kokemuksia pystyy jäsentelemään eri tavalla. (Rahikka 2013, 28, 29.) Nuorille on internetissä tarjolla useita eri palveluita. Verkkopalveluita tuottaa muun muassa Mannerheimin Lastensuojeluliitto, Pelastakaa Lapset Ry ja Väestöliitto. Edellä mainittujen organisaatioiden palveluihin nuori voi hakeutua minkälaisessa elämäntilanteessa vain. A-klinikkasäätiön Lasinen lapsuustoiminnan Varjomaailma sen sijaan pyrkii auttamaan niitä, jotka kokevat vanhempien päih-teidenkäytöstä johtuvaa haittaa.

Verkkovuorovaikutuksessa voidaan nähdä olevan neljä ulottuvuutta; avoin-suljettu, henkilökohtainen-julkinen, reaaliaikainen-ei-reaaliaikainen ja tekstipohjainen-multimediaalinen. Verkossa voi käydä vuorovaikutusta joko avoimessa tai suljetussa ympäristössä. Vuorovaikutuksen luonteeseen vaikuttaa, kumman tyyppisessä ympäristössä keskustelua käydään. Osa verkkovuorovaikutusta tapahtuu henkilökohtaisemmassa ympäristössä. Tällöin keskustelu ei ole julkista. Keskustelun yleisö määrä vaikuttaa siihen, kuinka julkista keskustelu on. Vuorovaikutus verkossa voi olla joko reaaliaikaista tai ei-reaaliaikaista. Vuorovaikutusta käydään yleensä silloin, kun itselle niin sopii. Osa vuorovaikutusta on reaaliaikaista, jolloin keskustellaan erilaisissa keskusteluohjelmissa, niin sanotuissa ”chateissa”. Verkkovuorovaikutuksen neljäs ulottuvuus kuvaa sitä, kuinka moninaista se voi olla. Tekstipohjainen vuorovaikutus on käytetyin kontaktin muoto. Yhä enemmän vuorovaikutukseen lukeutuu myös kuvia ja ääniä. (Matikainen 2008, 95-96.)

Pärssisen (2014, 8-9) mukaan verkkomaailmassa asiakkaan on helppo ilmaista itseään. Siellä ei tarvitse kirjoittaa kirjakieltä, vaan asiakas saa käyttää omaa kieltään. Lisäksi käytössä on erilaisia fontteja, värejä ja hymiöitä, jotka kuvaavat kirjoittajan ajatuksia ja tunteita laajasti. Toisinaan asiakastilanteet verkossa voivat olla erittäin haastavia, kun asiakas käyttäytyy itsetuhoisesti tai hänen elämäntilanteensa on akuutissa kriisissä. Verkkotyölle onkin ominaista asiakkaan kannattelu ja tiedottaminen hänelle tärkeistä asioista. Lisäksi asiakasta pystytään ohjaamaan ja motivoimaan hakeutumaan avun piiriin. Sosiaalialan työssä on ympäristöstä huolimatta tärkeää asiakkaan oma ymmärrys omasta tilanteestaan ja muutostarpeen havaitseminen. Näiden asioiden saavuttaminen on mahdollista myös verkkoympäristössä. Jotta yhteisymmärrys ja luottamus syntyisivät, asiakkaan kanssa tulee puhua samaa kieltä ja olla niin sanotusti samalla tasolla. Eräs verkon vahvuus on siinä, että siellä työskentelystä on mahdollista luoda asiakaslähtöisempi ympäristö kuin kasvokkain tapahtuvassa vuorovaikutuksessa. Siellä aloitteet tulevat itse asiakkaalta.

Asiakkaan näkökulmasta verkkopalvelut voivat olla keino puhua vaikeista asioista anonyymisti. Työntekijän voi olla myös helpompaa puhua asiakkaalle vaikeista asioista verkossa. Koska kumpikin osapuoli pystyy kommunikoimaan avoimemmin, voi syntyä erittäin luottamuksellinen

ja tasa-arvoinen suhde, jota ei kasvokkaisuudessa välttämättä synny. Kirjoittaminen voi myös lisätä asiakkaan ymmärrystä omasta tilanteestaan. Koska sosiaalityö on vuorovaikutustyötä, voidaan todeta vuorovaikutuksen olevan juurikin verkkotyön vahvuus. Vuorovaikutuksen välineet ovat verkossa lukuisat. (Heikkonen & Ylönen 2010, 126.)

Joillekin ihmisille voi olla helpompi puhua vaikeista asioistaan juuri näin anonyymisti. Sosiaalialan yksi suurimpia haasteita onkin ollut löytää keinoja kohdata asiakas tarpeineen ja ongelmien. Sosiaalityön verkkoistumisen myötä työn kohtaamisluonne muuttuu. (Heikkonen & Ylönen 2010, 126.) Verkkovuorovaikutus mahdollistaa avoimemman ja tasa-arvoisemman keskustelun. Etenkin vaikeassa elämäntilanteessa oleva saattaa kokea pystyvänsä puhumaan helpommin taholle, joka suhtautuu hänen kriisiinsä neutraalimmin. Verkko on toisin sanoen ”luottamuksellinen matalan kynnyksen auttamisympäristö - log off.” (Granholm 2010, 176.)

5.3 Verkkovertaistoiminta

Varjomaailman suljettujen ryhmien toiminta perustuu vertaistukeen ja ammattilaisten tarjoamaan tukeen. Vertaistoiminta on tärkeä osa Varjomaailman ryhmien toimintaa. Sen vuoksi avaan tässä kappaleessa vertaistoiminnan käsitettä yleisesti ja sitä, kuinka vertaistuki toteutuu verkkoympäristössä. Laimio ja Karnell (2010, 9, 11, 12) kuvaavat artikkelissaan vertaistukea kokemukselliseksi vuorovaikutukseksi. Vertaistoiminta on usein ennaltaehkäisevää. Sen tarkoituksena on tuoda kokemusasiantuntijuudesta syntyvä tuki ihmisten ulottuville ammattityön rinnalle. Toiminnan avainsanana toimii ”voimaantuminen”, joka tapahtuu vuorovaikutuksessa ryhmän jäsenten kanssa.

Laimio ja Karnell (2010, 12-16) kuvaavat vertaistoimintaa ryhmätoiminnaksi, jossa korostuvat sen jäsenten keskinäinen kunnioitus ja tasa-arvoisuus. Siinä samankaltaisissa elämäntilanteissa olevat ihmiset jakavat tietoa ja kokemuksia sekä kuuntelevat toisiaan. Vertaistoiminnasta saa tukea ja apua omaan elämäntilanteeseen ja - kokemuksiin. Toiminnan tavoitteena on saada ihmisen omat voimat liikkeelle, vahvistaa selviytymistä ja tukea elämänhallintaa. Vertaistoimintaan osallistuessa ihmisen on oltava omassa elämässään aktiivinen muutoksentehtäjä. Hänellä on toiveita oman hyvinvointinsa lisäämisestä vertaistuen avulla. Vertaistuki muodostuu vertaistoiminnassa. Vertaisryhmät voivat toimia ilman ohjaajaa, jolloin vastuu ryhmän toiminnasta jakautuu jokaiselle sen jäsenelle. Olemassa on myös vertaisryhmiä, joiden toimintaa ohjaa ammattilainen. Tällöin ryhmän ohjaajalla ei tarvitse olla omakohtaista kokemuksellista tietoa ryhmän jäsenten elämäntilanteesta. Riittää, kun ohjaajalla on riittävä asiantuntemus aiheesta.

Vertaistoimintaa voidaan ylläpitää ja tarjota myös internetissä. Vertaistoimintaan voi osallistua lukemattomilla eri tavoilla verkon välityksellä. Näitä muotoja ovat muun muassa sähköpostilistat, avoimet ja suljetut keskusteluryhmät, chat-yhteisöt, blogit eli nettipäiväkirjat sekä kahden ihmisen keskinäinen tuki. Verkossa on tarjolla monenlaisia vertaistukiryhmiä erilaisissa elämäntilanteissa oleville ihmisille. Verkkoviestinnässä tulee huomioida asiallinen viestintätapa, jota kutsutaan netiketiksi. Verkon käyttäminen vaatii internet-yhteyttä sekä teknistä ja verbaalista kyvykkyyttä. Toisaalta verkko on kaikkien käytettävissä ajasta ja paikasta riippumatta. Sitä voi käyttää nimettömästi ja siten sen käyttämiseen on matala kynnys. Verkon käyttäjä itse määrittelee toimintansa ja osallistumisensa rajat. (Huuskonen 2010, 72-75.)

Verkkovertaistuen vahvuuksia on käyttäjälähtöisyys. Jokainen ihminen voi osallistua vuorovaikutukseen siellä vertaistensa kanssa omien kykyjensä ja halujensa mukaan. Ihmisen ei tarvitse lähteä pois kotoa osallistuakseen vertaistukitoimintaan. Lisäksi anonymisuus mahdollistaa avoimemman vuorovaikutuksen toisten kanssa. Verkossa ei tarvitse näyttää omia kasvojaan ja se luo ihmiselle turvaa puida vaikeitakin asioita. Toisaalta kasvottomuus voi aiheuttaa turvattomuuden tunnetta vertaistukivuorovaikutuksessa, sillä käyttäjä ei voi tietää, onko toinen osapuoli se, mitä ja kuka hän väittää olevansa. (Huuskonen 2010, 76.)

Verkkoviestintä perustuu kirjoitettuun tekstiin ja hymiöihin. Vuorovaikutusta voi olla haasteellista ymmärtää, sillä siitä puuttuu kasvokkaiseen vuorovaikutukseen liittyvät kertojan ilmeet, eleet ja äänenpainot. Suurin haaste verkkovertaisturyhmien käyttäjille lienee omien rajojen ylläpitäminen. Omista rajoistaan tulee pitää huolta myös internetissä. Verkkovertaistukiryhmien ylläpitämisessä tulee huomioida erityisesti luottamuksellinen ilmapiiri. Yhteisöllisyyttä verkossa rakentavat myös rehellisyys, avoimuus, tasavertaisuus, avun antaminen ja toisten tukeminen. Verkossa on selkeästi omat keskustelupaikkansa erityyppisille aihepiireille; yhdessä paikassa voidaan puhua arkipäiväisistä asioista, kun taas toisaalla voidaan keskustella hyvinkin syvällisistä asioista. Ihmiset kokevat saavansa nopeasti ja mutkattomasti apua ongelmiinsa verkon välityksellä. (Huuskonen 2010, 76-77.)

Varjomailman ryhmien toiminta on vertaistukea tarjoavaa toimintaa nuorille, jotka kokevat haittaa vanhempiensa päihteiden käytöstä. Ryhmiä ohjaa erilaiset sosiaalialan ammattilaiset, joilla on asiantuntemusta päihteiden käyttäjistä ja -käytöstä, sen seurannais- ja liitännäisvaikutuksista sekä ryhmätoiminnan vetämisestä. Toiminnan avulla nuoria pyritään vahvistamaan omaan elämäänsä vaikuttamisessa. Vahvistavaa tukea tarjoavat niin vertaiset kuin ryhmän vetäjätkin.

Teknologian yhä kehittyessä pystytään luomaan uusia työmuotoja ja -menetelmiä sosiaalialalle. Näistä yksi varteenotettava työympäristö on verkko, jonka mahdollisuudet ovat lukemattomat, kuten Huuskonen (2010) toteaa. Tarvetta ammattilaisen ohjaamille verkkovertaistukiryhmille on perinteisien vertaistukiryhmämuotojen rinnalla. Suomessa tällaisia ryhmiä on jonkin verran. Niitä on kohdistettu muun muassa kehitysvammaisille ja erilaisissa vaikeissa elämäntilanteissa eläville ihmisille. Ryhmien taustalla on erilaiset järjestöt ja rahoittajana toimii useimmiten RAY (raha-automaattiyhdistys). Ihmisten hakeutuessa yhä enemmän verkon autettavaksi, on verkkotukiryhmiä kehitettävä enemmän. Kuten Huuskonen (2010) sekä Ha-verfield ja Theiss (2014) toteavat, ihmisen on helppo puhua vaikeistakin asioista verkossa anonyymiuden vuoksi. Verkko on siten sosiaalialan ammattilaisille mahdollisuus saada auttaa hyvinkin ennaltaehkäisevästi ihmisiä erilaisissa elämäntilanteissa. Sosiaali- ja terveydenhuollon palvelurakenneuudistuksen mukaan palveluita tulisi keskittää ennaltaehkäisevään työhön. Verkon kautta ihmisiä voidaan auttaa matalalla kynnyksellä ja kustannustehokkaasti. Siten myös julkisten palveluiden olisi hyvä jalkautua internettiin auttamaan ihmisiä.

6 Opinnäytetyön toteutus

Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää ja kuvata, miten Varjomaailman suljettujen ryhmien toiminnalle määritelty tavoitteet näkyvät verkkokeskustelussa ja millä tavalla toiminta auttaa nuoria. Opinnäytetyössäni pyrin myös kuvaamaan, minkälaista Varjomaailman toiminta on. Lisäksi tarkoituksena on yleisesti lisätä nuorten kokemuksiin perustuvaa tutkimustietoa päihdeperheessä elämisestä.

6.1 Tutkimusongelma

Pyrin tässä opinnäytetyössä ymmärtämään Varjomaailman suljetuissa ryhmissä käytävien keskustelujen sisältöjä. Lisäksi selvitän, millä tavalla Varjomaailman työntekijät pyrkivät ennalta määriteltyihin toiminnan tavoitteisiin. Tarkoituksena on tutkia sekä ohjaajien että nuorten kuvaamia aihesisältöjä. Opinnäytetyön tulosten avulla on tarkoitus pohtia Varjomaailman suljettujen ryhmien auttamistyön vaikuttavuutta suhteessa asiakaskunnan problematiikkaan. Opinnäytetyöni tärkeimpiä teemoja on vanhemman päihteiden käytöstä johtuvien haittojen kokeminen nuoren näkökulmasta. Siten opinnäytetyössäni korostuu vahvasti nuorten kokemukset päihdeongelmaisessa perheessä. Otan tuloksien myötä kantaa myös nuorten auttamiseen verkkopohjaisen palvelun avulla. Tutkimuskysymykseni ovat:

1. Minkälaisia elämäkokemuksia Varjomaailman nuorilla on ja mitä asioita he nostavat esille?
2. Miten Varjomaailman suljettujen ryhmien toiminnalle asetetut tavoitteet tulevat ilmi verkkokeskustelussa?

Ensimmäisessä tutkimuskysymyksessä painottuu fenomenologinen näkökulma, sillä nuoret puhuvat lähinnä omista kokemuksista aineistossa. Toisessa tutkimuskysymyksessä painottuu hermeneuttinen näkökulma. Siinä olen kuvannut Varjomaailman ohjaajien toimintatapoja verkkokeskusteluissa, pyrkien jatkuvasti tulkitsemaan sanottujen asioiden tavoitteita ja taustajatuksia. Pyrin tulkitsemaan nuorten kertomuksia syventäen jatkuvasti ymmärrystäni heidän puhumista aiheista. Nämä kaksi tutkimuskysymystä nivoutuvat yhteen siten, että ymmärtäisin paremmin Varjomaailman toiminnan tavoitteita asiakkaiden elämäntilanteet huomioon ottaen. Tieteenfilosofinen näkökulma opinnäytetyössäni on kokonaisuudessaan hermeneuttis-fenomenologinen (ks. 6.2 Opinnäytetyön tieteenfilosofinen näkökulma).

6.2 Opinnäytetyön teoreettis-metodologiset lähtökohdat

Opinnäytetyöni on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Laadullinen tutkimus on kiinnostunut yksityiskohtaisesti erilaisista rakenteista ja asioista niiden määrällisen selittämisen sijaan. Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara (2014, 161, 164) kuvaavat laadullisen tutkimuksen tavoittelevan todellisen elämän selittämistä. Todellisuus on heidän mukaansa moninainen ja siitä voi tehdä erilaisia tulkintoja. Tutkija ja tutkimuskohde muovaavat toinen toisiaan tutkimusprosessin aikana. Pyrkimyksenä on tutkimuskohteen kokonaisvaltainen selittäminen ja ymmärtäminen. Tutkimusaineisto syntyy luonnollisesta tilanteesta ja sitä pyritään ymmärtämään ilman oletuksia. Siten tutkijan on pysyttävä tutkimusaineistonsa suhteen objektiivisena. Opinnäytetyössäni pyrin ymmärtämään verkossa tapahtuneen vuorovaikutuksen sisältöä ja laatua. Pyrin tutkimaan aineistoa mahdollisimman puolueettomasti jatkuvasti uudelleen tulkitsemalla viesteissä kuvattuja sisältöjä.

Eskolan ja Suorannan (2008, 15, 18-19) mukaan laadullinen tutkimusaineisto on yksinkertaisesti kuvattuna ilmiösultaan tekstiä. Tutkittava aineisto voi olla tutkijasta riippumattonta materiaalia, jota ovat esimerkiksi kirjallinen tai kuvallinen aineisto tai äänimateriaali. Kvalitatiivinen tutkimus koskettaa yleensä pientä otosta tapauksista. Tämän tyyppisessä tutkimuksessa annetaan siis painoarvoa tutkimuksen laadulliselle sisällölle. Laadullista tutkimusta voidaan lähteä rakentamaan mahdollisimman aineistolähtöisesti eli sen avulla pyritään kuvaamaan tutkittavia ilmiöitä ilman valmista teoreettista kehikkoa.

Tutkimustyyppiltään tämä opinnäytetyö on tapaustutkimus. Tapaustutkimukselle on ominaista, että halutaan ymmärtää syvällisesti jotain tiettyä ilmiötä, eikä sen ”laatua” voida erottaa muista tapauksista, vaikka se olisikin merkittävästi erilainen kuin muut. Tapaustutkimuksen näkökulmasta tutkimustulosten yleistäminen on mahdollista. Se mahdollistaa myös ilmiöiden laajan kuvauksen, josta voidaan tehdä useita eri tulkintoja. Yleistäminen ei ole kuitenkaan tapaustutkimuksen suurimpia etuja, vaan tutkittavan ilmiön perusteellinen ymmärtäminen.

(Metsämuuronen 2006, 90-92.) Myös Yin (2009, 4, 15) esittää, että tapaustutkimus on erityisen hyödyllinen, kun halutaan selittää ja kuvata monimutkaisia sosiaalisia ilmiöitä. Perusteena tälle Yin kertoo tutkijan pystyvän ymmärtämään tosielämässä tapahtuvia asioita kokonaisvaltaisesti. Yinin mukaan tapaustutkimusta on kritisoitu muun muassa siitä, millä perusteella yhden tapauksen tutkimuksista voidaan tehdä yleistyksiä. Yin kuitenkin näkee tapaustutkimuksesta saadun tiedon laajentavan tietoperustaa ja antavan tutkittavaan asiaan lisää näkökulmia. Saarela-Kinnunen ja Eskola (2015, 185) puhuvat tapaustutkimuksen yleistämisestä tulkintojen kannalta, jotka nousevat aineistosta. Itse aineistosta ei siis voida tehdä yleistyksiä, vaan juurikin tulkinnoista. Varjomaailman suljettuja ryhmiä on ollut useita. Tämän opinnäytetyön puitteissa oli mahdollista tarkastella vain yhden ryhmän keskusteluita, joiden perusteella teen yleistyksiä Varjomaailman ryhmien toiminnasta.

Tämän opinnäytetyön tieteenfilosofinen näkökulma on hermeneuttis-fenomenologinen. Hermeneuttinen orientaatio ei itsessään riitä, sillä opinnäytetyöni aineisto perustuu osittain siihen tietoon, mitä Varjomaailman nuoret ovat kokeneet. Siten fenomenologia kytkeytyy tässä työssä hermeneuttiseen näkökulmaan. Gadamer (2004, 29) kuvaa hermeneuttisen orientaation olevan peräisin antiikin retoriikasta, missä kokonaisuus tulee ymmärtää yksittäisestä ja yksittäinen kokonaisuudesta. Myöhemmin hermeneutiikkaa on kuvattu puhetaidoista ymmärtämisen taitoon. Sen mukaan ymmärtäminen muodostuu kehämaiseksi prosessiksi. Gadamer kuvaa ymmärtämistä samalla tavalla kuten opimme vierasta kieltä; vieraskielinen lause tulee jäsentää ennen sen osien ymmärtämistä. Lauseen jäsentämistä ohjaa aiempi teksti, jolla on ollut oma merkityksensä. Tämä ohjaa seuraavien lauseiden ymmärtämistä. Jos seuraavalle lauseelle pohdittu merkitysodotus ei vastaa todellisuutta, ymmärrystä tulee muuttaa. Näin yksityiskohdista tulee kokonaisuus ja kokonaisuudesta yksityiskohta. Ymmärrystä muutetaan kehän liikkeessä ”eteenpäin”.

Gadamerin (2004, 30-36) mukaan hermeneutiikan tarkoitus on ollut aina korjata vaillinaista tai häiriytynyttä yhteisymmärrystä. Siinä pyritään luomaan yhteinen käsitys asioista. Heidegger (1927) (ks. Gadamer 2004, 30-36) kuvaa hermeneuttista orientaatiota siten, että tulkin-toja tehdään murtaen ennakko-odotuksia. Heidegger painottaa merkityksien syvällistä ymmärtämistä ja valppautta kuulla sanojen taakse ilman omia ajatuksia. Ymmärtäminen pohjautuu siten siihen, mitä toinen ihminen haluaa kertoa ja sen jälkeen voi ymmärtää mikä on oma käsitys asiasta. Hermeneuttisen orientaation myötä opinnäytetyössä painottuu yksityiskohtien tärkeys kokonaisuudessa ja toisaalta kokonaisuus, joka muodostuu yksityiskohdista. Aineistoa analysoidessa huomioin tekstin merkityksen, mutta pyrin katsomaan tekstin taakse ymmärtääkseni kirjoittajien sanomaa.

Laine (2010, 31) kuvaa hermeneuttisen tutkimuksen keskittyvän ihmisten välisen kommunikaation maailmaan, missä ihmiset ilmaisevat itseään sekä kielellisesti että kehollisesti. Ilmaisujen taustalla on ihmisten muodostamia merkityksiä, jotka ovat syntyneet yhteisöllisestä elämästä. Merkityksiä tarkastellaan hermeneutiikan mukaan vain ymmärtämällä ja tulkitsemalla. Määttäsen (1999, 230-231) mukaan hermeneutiikassa nähdään tiedon ja ymmärryksen muodostuvan todellisuuden osasista, joista yksi on teksti. Kieli käsitetään ymmärtämisen välineeksi ja kielenkäyttö tekee ymmärtämisen kohteen olemassa olevaksi. Gadamer (2004, 90-97) perustaa käsityksensä tieteestä kieleen, joka mahdollistaa ihmisten keskinäisen vuorovaikutuksen. Kieli on Gadamerin mukaan ihmisenä olemisen elementti, eikä väline tai instrumentti. Tähän perusteena on kielen käyttämisen ajattelemisen, sillä ihminen ei kieltä käyttäessään ajattele itse kieltä vaan kertomaansa sisältöä. Hänen mukaansa kieli on myös jaettava, sillä kieltä ei tarvittaisi, jos toisia ihmisiä ei olisi. Gadamerin mukaan kaikki ymmärrys on kielellistä.

Hermeneuttisessa tutkimuksessa puhutaan tutkittavan aiheen esiymmärryksestä. Tämä tarkoittaa aiheen ymmärtämistä tutkijan omasta näkökulmasta ennen varsinaista tutkimusta. Tutkimuksessa on kaksitasoinen rakenne: perustasolla tutkija pyrkii ymmärtämään tutkimukseen osallistuneita ihmisiä oman esiymmärryksensä kera kun taas toisella tasolla tapahtuu itse tutkimus, joka kohdistuu perustasoon. Hermeneuttisessa tutkimuksessa korostuu tutkijan itseymmärrys, joka tarkoittaa tutkijan itse tiedostamaa ajattelua, joka vaikuttaa tulkintojen tekemiseen. Itsekriittisyys omia ajatuksia ja ennakkoluuloja kohtaan on tärkeää, jotta tutkimus kantaisi hedelmää totuuden kannalta. Toisten ihmisten kertomien tarinoiden ymmärtäminen ja tulkitseminen vaativat omien ennako-odotusten murtamista. Se mahdollistaa myös tieteellisen näkökulman hermeneuttisessa tutkimuksessa. Tietyllä tavalla hermeneuttinen tutkimus muistuttaa dialogia, jossa pyritään avoimuuteen toista kohtaan. Tutkimusprosessi on siten kehämäinen, joka kiertää aineiston ja omien tulkintojen välillä. (Laine 2010, 32-34, 36.) Hermeneuttinen lähestymistapa Varjomaailman suljetun ryhmän toiminnan tutkimiseen ja nuorten tarinoiden ymmärtämiseen mahdollistaa laajan kuvauksen valituista teemoista. Prosessissa on korostunut omien arvojeni ja ajatusteni kyseenalaistaminen. Koko opinnäytetyöprosessin ajan olen joutunut työstämään aihepiiriin herättämiä tunteita pysyäkseen objektiivisena.

Opinnäytetyössäni käytän myös fenomenologista tieteenfilosofista näkökulmaa. Tuomi ja Sarajärvi (2013, 34) kuvaavat fenomenologista tutkimusta ihmisen kokemuksiin perustuvana tutkimuksena. Ihmistä pyritään ymmärtämään fenomenologisen tutkimuksen avulla. Ihmisille eri ilmiöt merkitsevät eri asioita. Kokemukset yleensä muuttavat ihmisten merkityksmaailmaa. Fenomenologisessa tutkimuksessa pureudutaankin juuri inhimillisten kokemusten merkityksiin. Merkityksien nähdään muodostuvan yhteisöllisesti, muiden ihmisten kanssa. Fenomenologisen

tutkimuksen taustalla on ajatus ihmisen toiminnan intentionaalisuudesta eli ”suuntautuneisuudesta tarkoittaen johonkin”. Ihmisen käsitys todellisuudestaan muodostuu merkityksistä eri asioita kohtaan. Kun merkitykset syntyvät fenomenologisen näkökulman mukaan yhteisöstä ja sen avulla, onkin todellisuus intersubjektiivinen eli subjekteja yhdistävä merkityksistä muodostuva kokonaisuus.

Laine (2010, 29) viittaa fenomenologisen tutkimuksen liittyvän vahvasti asioiden intentionaalisuuteen eli merkityksellisyyteen. Laineen mukaan myös merkitykset vaikuttavat ihmisten kokemuksiin. Perttulan (1995, 53-56) mukaan fenomenologian avulla voidaan ymmärtää ilmiöstä syntyneitä ainutlaatuisia, mutta yleisiä merkityksiä. Hänen mukaansa hermeneuttinen näkökulma fenomenologiassa tulee esille ymmärrykseen liittyvien tulkintojen myötä.

Opinnäytetyössäni pyrin kuvailemaan Varjomaailman toimintaa ennalta määriteltujen tavoitteiden näkökulmasta. Otan kuitenkin huomioon opinnäytetyön aineistoon kuuluvien nuorten kertomukset, joiden taustalla on omat kokemukset vanhemman päihdeongelmasta. Pyrin kuvaamaan Varjomaailman toimintaa niin pelkän tekstin kuin aineiston perusteella tehtyjen tulkintojen myötä.

6.3 Opinnäytetyön aineisto

Tutkimuksessa käytetty aineisto muodostui yhden suljetun Varjomaailman ryhmän keskinäisestä vuorovaikutuksesta. Suurin osa tämän ryhmän nuorista oli ryhmässä oloaikana antanut luvan heidän kirjoitustensa tarkasteluun tutkimustarkoituksessa. Tämä oli syy tutkimuskohteen määrittymiseen. Ryhmässä oli kymmenen nuorta, joista seitsemän kävi aktiivista keskustelua forumilla. Loput kolme jättäytyivät keskusteluista pois jo ryhmän alkuvaiheessa. Varjomaailman verkkovertaistukiryhmän loppuraportin (tutkimuseettisistä syistä raportin julkaisuvoittoa ei voida paljastaa) mukaan ryhmässä olleet nuoret olivat kaikki kokeneet aikuisten päihdeidenkäytöstä johtuvaa haittaa, joka oli vaikuttanut monella eri tavalla heidän elämiinsä. Ryhmässä oli sen jäsenille kaikille avoin foorumi. Sen lisäksi jokaiselle nuorelle luotiin oma postilaatikko, jossa he pystyivät käymään henkilökohtaisia keskusteluja ohjaajien kanssa muiden sitä näkemättä. Suosituimmat ketjut ryhmäläisille avoimena olevalla foorumilla olivat lasten omat huoneet. Lasten omat huoneet olivat päiväkirjamaisia ja niitä pystyi kommentoimaan kuka tahansa ryhmäläisistä. Foorumilla oli myös mahdollisuus tehdä erilaisia tehtäviä. Viikkotehtävät perustuvat erilaisiin lastensuojelun sosiaalityön ja nuorisotyön menetelmiin. Tehtävien tarkoitus oli nuorten tilanteen kartoittaminen ja heidän elämänhallinnan taitojensa arvioiminen.

Aineisto muodostui kuuden nuoren ja kolmen ohjaajan käymästä verkkovuorovaikutuksesta. Tutkimuksen aineistomäärä käsitti yli 1000 viestiä Varjomaailmassa. Word-ohjelman kautta

käsiteltyinä opinnäytetyöni aineisto oli laajuudeltaan 500 sivua. Eniten keskustelua oli käyty nuorten omissa huoneissa, joita jokainen ryhmän jäsen pystyi kommentoimaan ja seuraamaan. Omissa huoneissa keskustelua oli käyty yhteensä 300 sivun verran. Muutoin kaikille näkyvässä Varjofoorumissa keskustelu oli vähäisempää. Ilmoituksiin, sopimuksiin ja sääntöihin liittyvää keskustelua oli käyty yhteensä 65 sivun verran. Valtaosa näistä ketjuista sisälsi vain ohjaajien kirjoittamia viestejä. Varjomaailman tehtäväketjuista syntyi 35 sivua tekstiä, mikä sekin on melko vähän ottaen huomioon tehtävien määrän. Tehtäväketjuja oli yhteensä kahdeksan. Joihinkin tehtäväkeskusteluihin ei kukaan nuorista vastannut. Nuorten tai ohjaajien vapaaehtoisesta aloitteesta oli kirjoitettu kolme eri ketjua, mutta näidenkin määrällinen sisältö oli vain kuusi sivua. Varjomaailmassa oli myös ryhmäläisten omat postilaatikat, jotka näkyivät vain ohjaajille ja nuorelle itselleen. Näissä oli syntynyt keskustelua yhteensä 56 sivun verran. Kuudesta nuoresta yksi käytti postilaatikkoa huomattavasti enemmän kuin muut. Ohjaajilla oli myös omaan ajatuksenvaihtoon keskittyvä postilaatikko, jossa he kävivät useaa keskustelua liittyen työn organisointiin ja yksittäisten nuorten tilanteisiin. Ohjaajien postilaatikossa oli keskustelua yhteensä 38 sivun verran.

Tutkimusaineisto muodostui pelkästään Varjomaailmassa käydystä keskustelusta, vaikka ryhmän ohjaajien kesken pidettiin myös Skype-palavereja ja viestitettiin asioista välillä myös sähköpostitse. Lisäksi ryhmän jäsenet olivat tervetulleita kolmeen reaaliaikaiseen chat-keskusteluun Tukinetissä, joiden sisältöä en myöskään voinut saada tutkimusaineistoksi. Tämä johtuu siitä, että chat-keskusteluita ei tallennettu. Chat-keskusteluiden puuttuminen huomioitiin analyysia tehtäessä. Chatit voivat olla merkitseviä ryhmäytymisen kannalta, mikä on Varjomaailman toiminnan yksi tavoite.

6.4 Aineiston analyysi

Aineistoa tutkiessani käytin teoriaohjaavaa sisällönanalyysiä. Sisällönanalyysin valitsin siksi, että saisin luotua selkeän kuvauksen Varjomaailman ryhmän keskusteluiden sisällöstä. Sisällönanalyysin tarkoituksena on Tuomi ja Sarajärven (2013, 106, 108, 117) mukaan yksinkertaistaa ja tiivistää tutkimusaineisto pelkistettyyn muotoon huomioimalla sen olennainen informaatio. Sisällönanalyysi ei ole sisällön erittelyä. Sisällön erittelyllä tarkoitetaan tekstin määrällistä kuvaamista. Sisällönanalyysissä pyritään taas kuvaamaan dokumenttien sisältöä sanallisesti. Tuomi ja Sarajärven mukaan teoriaohjaava sisällönanalyysi etenee aineistolähtöisen analyysin omaisesti eli aineiston ehdoilla. Erona näiden kahden välillä on se, että teoriaohjaavassa analyysissä teoreettiset käsitteet ohjaavat aineiston käsittelyä, kun taas aineistolähtöisessä analyysissä käsitteet kumpuavat puhtaasti aineistosta. Koska opinnäytetyöni aineisto oli hyvin laaja, oli sen käsittelystä tehtävä mahdollisimman selkeää. Halusin kuitenkin, että aineistolla on mahdollisuus vaikuttaa analyysiini. Siksi lähdin tekemään analyysiä pitäen tutkimuskysymykset ja Varjomaailman toiminnan tavoitteet mielessäni. Opinnäytetyön aineisto oli

runtas, mutta tekijänä en mieltänyt sen olevan kylläntynyt. Tämä johtui siitä, että halusin saada kattavan kuvan tutkittavasta ilmiöstä ja Varjomaailman tarjoamasta tuesta.

Verkkoaineistoa tutkittaessa on tärkeää pohtia sille ominaisia piirteitä, joita ovat riippumattomuus tutkijasta, anonymisuus, ei-kasvokkaisuus sekä kysymyksiä aineiston edustavuudesta. Tutkijasta riippumattomuudella tarkoitetaan sitä, ettei tutkija pysty vaikuttamaan aineiston sisältöön. Keskustelijat itse nostavat tärkeäksi kokemia asioita esille ja aineisto on siten omaehtoisen toiminnan tulosta. Koska on vaikea tietää, miksi jokin aihe ei tule keskusteluissa esille, on suhtauduttava varoen sanomattomaan tietoon ja analysoitava pääosin vain se, mitä sanotaan. (Hakala & Vesa 2013, 224.) Tästä syystä keskityin analyysissäni pelkästään keskustelijoiden kirjoituksiin ja pohdin, miksi toisista aiheista puhuttiin ja toisista ei.

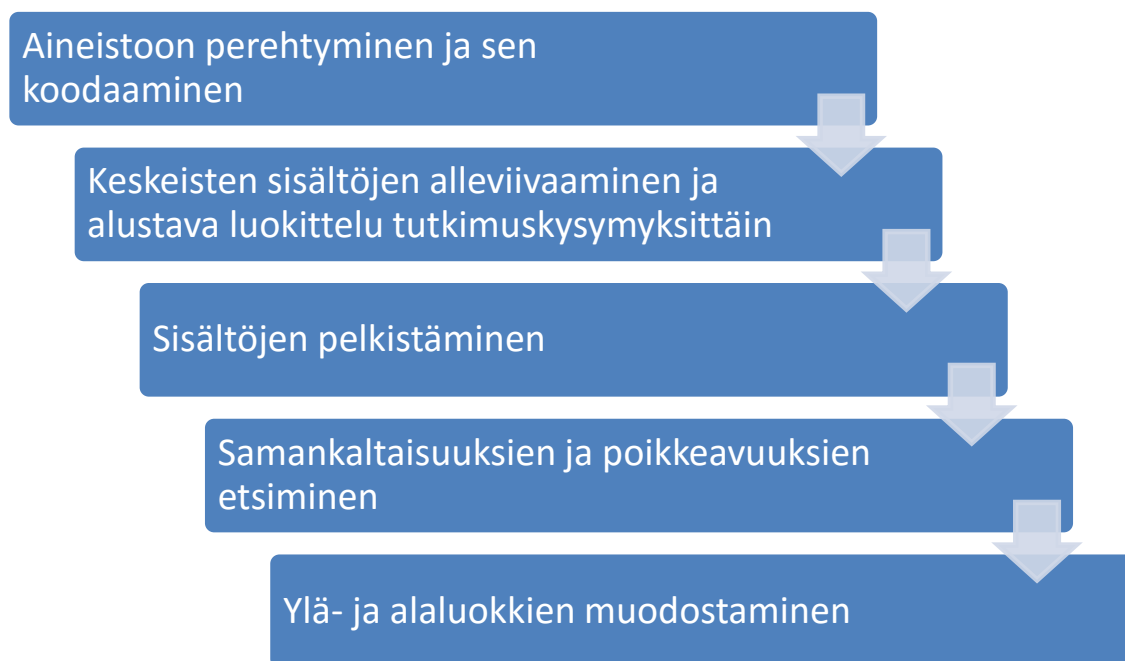
Verkkokeskusteluita analysoitaessa voidaan pitää mahdollisena, että siinä yhdistyy sekä puhutun että kirjoitetun kielen analyysitavat, sillä tekstimuodosta huolimatta se muistuttaa puhetta ja keskustelua. Verkon keskusteluiden sisällönanalyysissä pyritään luomaan kokonaiskuva vuorovaikutuksen sisällöistä ja teemoista. Siinä pyritään luokittelemaan, teemoittelemaan tai tyypittelemään keskustelun sisältöjä. Tutkijan on hyvä tutustua kunnolla palveluun, jonka keskusteluja hän alkaa tutkimaan, etteivät hienovaraiset vihjeet ja viestinnän muodot jää huomaamatta. Kontekstin tunteminen edellyttää ymmärrystä niin palvelun teknologisesta rakenteesta kuin sosiaalisen vuorovaikutuksen tavoista ja muodoista. (Laaksonen & Matikainen 2013, 204-211.) Saamassani aineistossa ei näkynyt teknisistä syistä enää vuorovaikutuksessa käytettyjä hymiöitä ja muita mahdollisia visuaalisia efektejä. Tämä on analyysissä otettu huomioon. Tästä syystä tutkimusaineisto muodostui pelkästään ohjaajien ja nuorten kirjoittamasta tekstistä.

Tuomi ja Sarajärvi (2013, 92-93) kuvaavat sisällönanalyysin etenevän neljän vaiheen mukaisesti. Ensimmäiseksi rajataan tutkittava ilmiö tarkkaan. Tarkka rajausta mahdollistaa aiheen syvällisen tutkimisen ja kuvauksen. Tämän jälkeen joko litteroidaan tai koodataan aineisto. Koodaamisella saavutetaan aineiston hallinta ja helpompi käsiteltävyys. Koodauksen jälkeen aineisto pystytään kunnolla vasta analysoimaan. Analyysissä muodostetaan luokkia, teemoja tai tyyppejä. Analyysissä etsitään samoja aihepiirejä, joiden avulla aineisto pystytään pelkistämään ja ymmärtämään tiivistetymin. Näiden vaiheiden jälkeen pystytään näkemään tutkimuksen tulokset.

Tässä opinnäytetyössä aineiston analyysi eteni yllä kuvatun kaavan mukaan. Haettuani aineiston hyvin suojatun kovalevyn muistiin, aloin tutkimaan sitä. Luin aineiston läpi joitakin kertoja tutkimusongelma mielessä pitäen. Tämän jälkeen koodasin aineiston siihen muotoon, että sieltä oli hävitetty nuorten ja ohjaajien nimimerkit sekä heidän mahdollisesti antamat

yksityiskohtaiset tiedot esimerkiksi asuinpaikasta. Koodasin foorumilla käytetyt nimet ja nimimerkit. Tarkoituksena oli luoda aineiston henkilöt pelkistettyyn ja sattumanvaraiseen muotoon. Ohjaajien nimimerkit esiintyivät tekstissä koodeilla O1, O2 ja O3. Nuoret koodasin merkeillä N1:stä N6:een. Tulosten esittelyssä en ilmaise sitaattien taustalla olevien kirjoittajien koodimerkkejä. Lisäksi olen muokannut heidän kirjoittamiaan sitaatteja sellaisiksi, ettei ulkopuolinen kykene tunnistamaan heitä. Sitaattien muokkauksessa muutin joihinkin kohtiin nuoren kirjoitusasua ja heidän kertomia vanhempien sukupuolia. Nämä päätökset tein yksityisyydensuojasyistä sekä siksi, etten tutkimuksellani aiheuta nuorille turvallisuusriskiä väkivallan uhkan vuoksi.

Aloitin varsinaisen analyysin tekemisen siten, että laadin jokaiselle tutkimuskysymykselle ja tavoitteelle omat word-dokumentit, joihin kopioin koodatusta aineistosta aina mielestäni osuvia sisältöjä. Tämä vaihe kesti kauan, sillä aineistoon joutui täysin uppoamaan ymmärtääkseen, mistä kirjoittajat oikeasti halusivat kertoa. Verkkokeskusteluiden lukeminen muistutti ”kuuntelua” ja oli siksi ajoittain rankkaakin. Tutkimusaineiston prosessointiin toki vaikutti myös aineiston laajuus. Kun olin saanut aineiston käytyä näin läpi, aloin lukemaan yksi kerrallaan tutkimuskysymyksiä ja tavoitteiden sisältöä läpi. Tein alustavaa luokittelua sillä tavalla, että kirjoitin aineistosta nousevia sisältöjä sivun reunaan. Lisäksi yliviivasin tussilla mielestäni hyviä sitaatteja ja ajatuksia. Kun olin käynyt aiheen läpi tällä tavalla, luin sivun reunassa olleita sisältöjä ja tekstistä yliviivattuja sitaatteja, joista aloin muodostamaan yläluokkia ja alaluokkia. Esimerkiksi ensimmäinen tutkimuskysymys jakautui kahteen pääluokkaan; nuoruusikään liittyvät kokemukset ja vanhemman päihteiden käyttöön liittyvät kokemukset. Tämän jälkeen keräsin omista muistiinpanoistani nousevat pääteemat näiden aihepiirien osalta. Nuoruusikään liittyvistä kokemuksista oli suppeammin sisältöä keskusteluissa. Tähän syntyi lopulta seitsemän alaluokkaa: koulu, ystävyys-suhteet, kiusaamiskokemukset, itsenäistyminen ja tulevaisuus, seurakunnan nuorisotoiminta, muut harrastukset ja nuoruusiän oireilu. Vanhempien päihteiden käyttöön liittyvät kokemukset jakautuivat kuuteen alaluokkaan: kokemukset ja muistot vanhemman päihteiden käytöstä, nuoren suhde vanhempaan, väkivalta, kulissit, vaikenemisen ilmapiiri ja nuoren selviytymiskeinot päihdeongelmaisessa perheessä. Analyysin vaiheista on alla kuva (kuvio 1).



Kuvio 1: Analyysin eteneminen

Varjomaailman tavoitteiden toteutumisen arviointi oli selkeää, kun olin miettinyt valmiiksi niiden toteutumista kuvaavia asioita. Varjomaailman toiminnan tavoitteet ovat:

1. Lämpimän ja avoimen ilmapiirin myötä tunneilmaisun tukeminen ja luottamuksellinen keskustelu sekä ryhmäytytys
2. Nuorten elämäntilanteen kartoitus
3. Konkreettinen ja yksilöllinen palvelunohjaus sekä tarpeen mukaan yhteydenotto nuoren verkostoon (Hubara 2014.)

Ensimmäisen toiminnan tavoitteen osalta vastausten etsiminen oli haastavaa, ja vaati omien tulkintojeni tekemistä ja asettumista keskustelun seuraamiseen ”tunnetasolla”. Huomioin ensimmäisen tavoitteen osalta viestit, joissa ohjaajat olivat nuoria kohtaan ystävällisiä ja huomioivia, jonka avulla he pyrkivät luottamuksen syntymiseen. Nuoren avautuminen Varjomaailmaan mittasi luottamuksen ja tunneilmaisun toteutumista. Ryhmäytymistä kuvasi se, kun nuoret ja ohjaajat olivat keskenään positiivisessa ja välittävässä vuorovaikutuksessa. Nuorten elämäntilanteen kartoituksesta kertoi ohjaajien kirjoittamat viestit, joiden sisällöissä he pyrkivät selvittämään nuoren tilannetta. Nuorten viesteistä katsoin, vastasivatko nuoret ohjaajien esittämiin kysymyksiin. Nuoret myös kertoivat avoimesti elämästä ja elämäntilanteestaan, jolloin tilannekartoitus mahdollistui. Palvelunohjauksen toteutumista kuvasivat viestit, joissa ohjaajat pyrkivät etsimään nuoren kanssa yhdessä konkreettista viranomaisverkostoa, joka auttaisi nuoren tilannetta eteenpäin. Palvelunohjauksesta kertoi myös se, kun ohjaajat tarjoutuivat ottamaan yhteyttä nuoren konkreettiseen verkostoon. Olennaista tavoitteiden toteutumisen tutkimisessa oli tavoitteiden keskinäinen yhteys. Tavoitteet kulkivat viesteissä

aina käsi kädessä. Lähes aina ohjaajat pyrkivät positiivisella tavalla huomioimaan nuorta kun häneltä kysyttiin kodissa olevasta tilanteesta tai pyrittiin ohjaamaan jonkin palvelun piiriin.

Koska nuoret puhuivat Varjomaailmassa hyvin avoimesti, oli nuorten kertomien asiasisältöjen löytäminen tekstistä helppoa. Tämä aihepiiri kytkeytyi tiiviisti tilannekartoituksen ja palvelunohjauksen toteutumiseen. Nuoret kertoivat laajasti elämästään kotona, koulussa, harrastuksissa ja kavereiden kanssa. Aineistossa ei ollut montakaan suoraa viitettä Varjomaailman toiminnan kehittämiseen. Mahdollisia kehittämiskohteita kuitenkin löytyi. Näitä esittelen johdopäättösosiossa.

6.5 Tutkimusetiikka

Edellä esille tulleiden tutkimuseettisten asioiden lisäksi on tärkeää avata jo varhaisessa vaiheessa esiin tulleita tutkimuseettisiä asioita liittyen opinnäytetyöni perustaan. Varjomaailman verkkopalvelu on tarkoitettu alaikäisille lapsille ja tutkimusaineisto muodostuu osittain heidän kirjoituksistaan. Siksi oli löydettävä perusteet, miksi tutkin alaikäisten tuottamaa aineistoa ilman heidän huoltajiensa lupaa. Asiaan löytyy perusteluita lakitasolla. Suomen perustuslaissa (731/1999) ja lastensuojelulaissa (417/2007) kuvaillaan lapsen oikeuksia, joita ovat muun muassa oma elämä ja henkilökohtainen vapaus, yksityiselämän suoja, osallistumisoikeus, oikeus sosiaaliturvaan ja osallisuus häntä koskevissa asioissa. Lapsella on lain mukaan oikeus vaikuttaa itseään koskeviin asioihin kehitystasonsa mukaisesti. (Suomen perustuslaki 11.6.1999/731; Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.) Lastensuojelulaki lähtee lapsen edun turvaamisesta ja sen mukaan on tärkeää kuulla lapsen mielipide niissä asioissa, jotka koskevat hänen hyvinvointiaan. Varjomaailman tarjoama palvelu pyrkii turvaamaan lapsen hyvinvoinnin lapsen omilla ehdoilla.

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan säätämän eettisen ennakkoarvioinnin mukaan ihmistieteissä yli 15-vuotiailla on oikeus itse valita, haluaako hän osallistua tutkimukseen, vaikka hän olisi alaikäinen (Ettinen ennakkoarviointi 2015). Kaikkia tutkittavia koskee Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeistukset tutkimukseen liittyvästä etiikasta. Tutkimukseen osallistumisen tulee perustua vapaaehtoisuuteen. Toinen ohjeistukseen liittyvä periaate liittyy vahingoittamisen välttämiseen. Näihin vahinkoihin kuuluu tutkimusaineiston keräämiseen liittyvät vahingot, sen säilyttämisen liittyvät vahingot ja tutkimuksen julkistamiseen liittyvät vahingot. Tutkittavien yksityisyys pitää suojata kaikin tavoin. Kolmantena periaatteena on yksityisyys ja tietosuojat. Tutkimusaineisto tulee käsitellä noudattaen salassapitovelvollisuutta. (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan laatimat eettiset periaatteet 2015.) Granholmin (2010, 160) mukaan myös internetaineistoa tutkittaessa on huomioitava ihmisarvo, itsemääräämisoikeus, vahingon välttäminen ja yksityisyyden suojaaminen. Tällaista aineistoa on eettisesti haastava

käyttää. Kysymykseen tulee yksityisyyden ja julkisuuden raja sekä paikan ja todellisuuden käsitteet.

Ohjaajien luvat on kysytty kirjallisena ennen tutkimuksen toteuttamista. Tutkimuslupakirjelmässä kerrottiin, mihin tarkoitukseen aineistoa käytetään, ja mikä on tutkimuksen tarkoitus. Nuorten luvat on kerätty ryhmän toiminnan alkuvaiheessa. Lupakirjelmässä kerrottiin, että Varjomaailman toiminnasta tehdään aika ajoin tutkimuksia, joiden toteuttamiseen tarvitaan nuorten luvat. Kummassakin tutkimusluvassa mainittiin, että tunnistetiedot poistetaan sitä käsiteltäessä, ja tutkimuksen valmistumisen jälkeen koko aineisto hävitetään. Opinnäytetyötäni varten olen myös hakenut ja saanut tutkimusluvut sekä koulun että toimeksiantajan puolesta prosessin alkuvaiheessa. Toimeksiantajan eli A-klinikkasäätiön puolesta tutkimuslupa on nähtävissä Tietopuu-verkkopalvelussa, jonne myös julkaistaan opinnäytetyön tutkimustulokset prosessin päätyttyä.

Olen käsitellyt aineiston siten, että vain luvan antaneiden nuorten kirjoitusten sisältö on minulle näkyvissä. Aineisto on käsitelty antamalla jokaisen luvan antaneen nuoren ja ohjaajan nimimerkille koodi. Koodeja ei ilmaista tässä työssä siksi, että luvan antaneiden anonymiteetti säilyisi. Kaikki sitaatit esitellään työssä ilman koodimerkkiä. Tutkittavan ryhmän toteutuksen ajankohtaa ei tässä työssä kerrota, sillä tieto voi vaarantaa ryhmässä olleiden nuorten anonymiteetin ja se ei ole tutkimuksen sisällön kannalta merkityksellistä. Tunnistetietoja on hävitetty jo Varjomaailman työntekijöiltä tullutta materiaalia käsiteltäessä. Lisäksi en mainitse ryhmän loppuraportin tekovuotta tässä tutkimuksessa tunnistetietojen suojaamiseksi.

7 Nuorten jakamat kokemukset Varjomaailmassa

Tässä kappaleessa kuvaan ensimmäisen tutkimuskysymyksen sisältöä eli nuorten kertomuksia Varjomaailmassa. Nuoret kertoivat asioita kahdesta näkökulmasta; nuoruusikään liittyvistä asioista ja kokemuksista sekä kokemuksista liittyen vanhempien päihteiden käyttöön. Käytännössä nuoret pohtivat kirjoituksissaan, mitä on olla nuori ja päihdevanhemman lapsi. Olen jakanut tämän kappaleen näihin kahteen pääteemaan. Ensimmäisen teeman osalta ei ollut paljon kirjoituksia, joten luku 7.1 on suppea ja kuvaa lyhyesti esille nousseet sisällöt. Sen sijaan vanhemman päihteiden käytöstä syntyneet haitat nousivat vahvasti esille nuorten kirjoituksissa. Sen vuoksi luvusta 7.2 muodostui paljon sisältöjä ja siten myös tekstiä.

7.1 Nuoruusikään liittyvät kokemukset

Nuoret puhuivat Varjomaailmassa arkipäiväisistä asioista. Sinne kirjoitettiin päivittäin arjen tapahtumat ja kuulumiset. Nuoria puhututti erilaiset kouluun ja koulunkäyntiin liittyvät asiat. Nuoret pyrkivät huolehtimaan, että suorittavat koulunsa niin hyvin kuin pystyvät. Moni puhui

koulun aiheuttamasta stressistä ja peloista esimerkiksi liittyen koeviikkoihin tai tentteihin. Nuoria huoletti kurseista saadut arvosanat ja useampi puhui läksyjen tekemisen tärkeydestä ja huonosta omasta tunnosta, jos ei niitä saa tehtyä. Kaikki nuoret kävivät ryhmän aikana jotain koulua; lukiota, ammattikoulua tai kymppiluokkaa. Kirjoituksissa kävi ilmi, että nuorilla oli ainakin välillä huomattavia ongelmia saada koulua suoritettua muiden murheiden vuoksi. Tästä kertoo seuraava lainaus.

”Tuntuu et elämältä on kadonnut se hatarakin pohja, koulu on ainoa normaali asia elämässäni ja sekään ei suju. Tunneilla on vaikee keskittyä usein, joskus ei vaan jaksa tehdä läksyjä. Ja sitten ärsytän itseäni kun en saa aikaan. Ja stressaan kouluakin.”

Ryhmässä olevat nuoret puhuivat paljon omista ystävyyskuvioistaan. Kaikilla kirjoittajilla oli ystäviä, mutta siitä huolimatta useampi koki olevansa yksinäinen. Osalla nuorista oli mennyt välit poikki joihinkin ystäviin muuttuneiden elämäntilanteiden vuoksi. Nämä tilanteet herättivät nuorissa lähinnä kiukkua ja surua. Osa nuorista oli myös huolissaan omista kavereistaan. Moni ryhmän jäsenistä puhui nettikavereista, jotka toivat nuorelle iloa ja helpotusta arkeen. Nuoret tiedostivat kyllä nettittävyyksien riskit, mutta uskoivat ja luottivat näiden olevan juuri kertomansa veroisia henkilöitä. Seuraa nuoret hakivat itsensä kaltaisista henkilöistä. Usealla oli kokemus ”vertaisuudesta” kavereiensa kanssa. Vertaisuutta pidettiin tärkeänä asiana oman jaksamisen kannalta, kuten seuraavassa sitaatissa ilmenee.

”Onhan se voimaannuttavaa, kun joku tietää täsmälleen miltä jokin tuntuu. Saa tärkeää vertaistukea.”

Puolet nuorista kertoi, että koulussa heitä on kiusattu tai kiusataan. Asiasta puhuttiin yleensä aihetta sivuten. Nuorten kirjoitusten perusteella näkyi myös nuoruusiälle ominaisia rajojen kokeiluja. Osa nuorista oli pidättäytynyt päihteistä tyystin, kun taas osalla oli tai oli ollut kokemuksia erilaisista päihteistä. Nuoren oma suhde päihteisiin vaihteli inhon sekaisista tunteista kielletyn hedelmän houkutukseen.

Nuoret pohtivat kirjoituksissaan paljon itsenäistymistä ja omaa tulevaisuuttaan. Nuoret haaveilivat seurustelevansa. Osa nuorista seurustelikin ryhmän aikana. Joillakin nuorilla oli jo oma koti ja itsenäisyyttä. Nuoret kyselivät avoimesti Varjomaaailmassa muun muassa laskujen maksamisesta, veroista ja ruuanlaitosta. Joillekin nuorille ammatinvalinta oli ajankohtaista. Toiset taas pohtivat työnhakua. Kaikki nuoret kuvasivat oman rauhan ja tilan olevan tärkeää. Joidenkin kodeissa omaa rauhaa ei ollut mahdollista saada edes omassa huoneessaan perhetilanteen vuoksi.

Lähes kaikki nuoret kertoivat osallistuvansa oman seurakunnan nuorisotoimintaan. Useimmat heistä kävivät isoskoulutusta tai toimivat isosina rippikoulutoiminnassa. Seurakunnan nuorisotoiminnan kuvattiin olevan mukavaa ja sosiaalisia kytköksiä lisäävää toimintaa. Seurakunnan työntekijät olivat nuorten kirjoitusten perusteella nuorten lähiverkostoa ja osalla heistä olikin kontakti joko pappiin tai nuorisotyöntekijään.

Nuoret harrastivat seurakunnan toiminnan ohella muitakin asioita. Erilaiset fyysistä harjoittelua vaativat lajit olivat kirjoittajille mieluisia. Nuoret odottivat ”treenejä” ja harjoitusten jälkeen nuorilla oli kertomusten mukaan hyvä olo. Osa nuorista puhui harjoitusten olevan väylä oman pahan olon purkamiseen. Muita harrastuksia nuorilla olivat muun muassa lemmikkieläimen hoitaminen, kirjoittaminen, musiikin kuuntelu ja meditointi. Seuraavassa lainauksessa nuori kertoo omasta meditoinnista.

”Meditoin melko usein. Välil tulee sellasia aikoja, et tulee tehtyä sitä harvemmin. Mut huomaa kyl, et aina tulee parempi olo kun sen tavan alottaa.”

Keskusteluissa kävi ilmi, että nuoret kärsivät erilaisista nuoruusiän oireiluista, joiden synty-perä ei kirjoituksissa selviä ainakaan täysin. Kaikilla kirjoittajilla oli jonkinasteista ahdistusta ja masennusta, jonka syy lienee osittain ainakin vanhempien päihteiden käytössä. Jotkut Varjomaailman nuorista kärsivät myös itsetuhoisesta käytöksestä, joihin lukeutui monenlainen itsensä vahingoittaminen. Varjomaailman nuorten kirjoituksista selviää myös se, että jokaisella oli nuoruusikään liittyviä mielialan ailahteluja. Kirjoituksissa näkyi välillä ilo ja riemu, kun taas toisinaan nuoret kuvasivat tunteiden olevan epätoivoiset, surulliset ja vihaiset. Negatiiviset tunteet näyttivät osittain liittyvän vanhemman päihteiden käyttöön. Toisaalta nuoria harmitti myös esimerkiksi kouluun ja ystävyssuhteisiin liittyvät asiat.

Varjomaailman nuoret puhuivat paljon perheestään ja perheenjäsenistään. Nuorilla oli paljon huolta niin vanhemmista kuin mahdollisista sisaruksistaan ja muista sukulaisista. Toisaalta nuoret kertoivat, mitä olivat milloinkin tehneet perheenjäseniensä kanssa. Nuoret kuvasivat perheen siis eläneen yhtä lailla normaalia kuin kaaosmaista arkea. Perhe-elämään näytti mahduttuvan leipomisen, tv:n katselun ja kauppareissujen ohen paljon dramatiikkaa ja toimintaa.

7.2 Vanhemman päihteiden käyttöön liittyvät kokemukset ja ajatukset

Tässä kappaleessa kuvaan nuorten kertomuksia vanhemman päihteiden käyttöön liittyen. Kuten arvata saattaa, suurin osa nuorten tuottamasta kirjoituksesta Varjomaailman ryhmässä liittyi juurikin vanhemman päihteiden käyttöön ja siihen liittyviin kokemuksiin ja tunteisiin. Olen jakanut tämän pääluokan aiheisällöt kuuteen alaluokkaan, joista jokainen oli aineistossa laaja kokonaisuus.

7.2.1 Kokemukset ja muistot vanhemman päihteiden käytöstä

Ryhmässä olleista kuudesta nuoresta viisi kertoi kokevansa isänsä päihteiden käytön haitalliseksi. Äidin haitallisesta päihteiden käytöstä kärsi neljä nuorta. Lisäksi kahdella nuorella oli kokemus isäpuolen haitallisesta juomisesta. Nuoret kertoivat ryhmässä myös muiden lähisukulaisten, kuten isovanhempien haitallisesta juomisesta. Eniten Varjomaailmassa käytiin kuitenkin keskusteluita ydinperheessä olevien vanhempien päihdeongelmasta johtuvista haitoista. Nuoret kertoivat elävänsä vanhemman haitallisen päihteiden käytön kanssa ainakin viikoittain. Vanhempien päihteiden käytön säännöllisyys oli yksilöllistä, mutta useimmat ryhmässä olijoista kuvasivat vanhemman käyttäneen alkoholia useita kertoja viikossa. Kirjoituksissa ilmeni, että joillakin vanhemmilla oli käytössään myös lääkkeitä tai kannabista. Näiden päihteiden käytöstä puhuttiin foorumilla hyvin vähän. Voisi sanoa, että niitä lähinnä sivuutettiin puheenaiheena.

Osassa kertomuksissa vanhemman kerrottiin istuvan tietokoneen ääressä ja juovan alkoholia. Useimmiten vanhemman juominen tapahtui nuorten mukaan kuitenkin kotona. Vanhemman päihteiden käytön määrä vaihteli yksilöllisesti. Useampi nuori puhui vanhemman alkoholin käytöstä siten, että vanhempi käytti alkoholia runsaasti. Lisäksi heidän mukaansa vanhemman toleranssi alkoholille oli korkea. Keskusteluissa ilmeni, että vanhemman päihteiden käyttö oli runsaimmillaan vanhemman ollessa vapaalla. Osa vanhemmista käytti päihteitä myös arkisinkin. Nuoret kuvasivat kirjoituksissaan, kuinka viikonloppuihin, lomiin ja juhlapyyhiin liittyi aina vahvasti odotus ja pelko vanhemman päihtymisestä. Kun tilanne sujui odotusten mukaisesti, nuori koki ahdistusta, surua ja vihaa asian vuoksi. Nuori purki usein tunteensa ja ajatuksensa Varjomaailmaan. Seuraavissa sitaateissa ilmenee nuorten turhautumista vanhempaansa, joka käytti alkoholia.

”Onpa hienoa katsoa tänään isän tohelointia ja huomenna on äidin vuoro.”

”Isä alotti lomansa avaamalla korkin. Mua alko niin paljon harmittamaan, ahistamaan ja surettamaan, et oon nyt omassa huoneessa itkemässä.”

Nuoret kuvasivat vanhemman käyttäytyvän omituisesti päihtyneenä ja haisevan alkoholille. Osa nuorista kertoi olevansa tottunut alkoholin tuoksuun. Nuoret kuvasivat päihtyneen vanhemman käyttäytyvän ärsyttävästi. Nuorten mukaan vanhemman käytös ja motoriikka muuttuivat holtittomaksi ja ennalta-arvaamattomaksi. Nuoret kertoivat pitävänsä tarvittaessa huolta päihtyneestä vanhemmasta. Aineistosta nousi esiin myös se, että joillakin vanhemmilla

tai nuorten sisaruksilla oli tapana vastuuttaa nuorta huolehtimaan päihtyneestä vanhemmasta. Nuoret kokivat päihtyneen vanhemman olleen vastenmielinen, kuten seuraavassa sitaatissa ilmenee.

”Mä en halunnu mennä lähellekään sitä viinalle haisevaa humalaista, vaik se tahtoikin et olisin mennyt.”

Osa nuorista pelkäsi menettävänsä vanhempansa alkoholin vuoksi. Nämä nuoret näyttivät ymmärtävän, että vanhemmalle voisi todellisuudessa sattua jotain runsaan päihteiden käytön vuoksi. Koska vanhemman käytöstä ei voinut ennustaa hänen ollessa päihtynyt, nuoret pitivät mahdollisena, että vanhempi joko itse saattaisi vahingoittaa itseään tai hänelle saattaisi sattua jotain vahingossa. Joillakin nuorilla oli kokemusta siitä, että vanhempi käyttäytyi itsetuhoisesti päihtyneenä. Nuoret kuvailivat tunteitaan asiaan liittyen välinpitämättömyydestä suruun, huoleen ja vihaan. Päihtyneeseen vanhempaan ei nuorten kertomusten perusteella voinut luottaa. Vanhempi saattoi nuorten kertomusten mukaan puhua päihtyneenä vaikka mitä ja luvata asioita. Nuoret osasivat suhtautua lupauksiin yleensä varauksella, koska olivat tottuneet siihen, ettei niiden toteutumiseen pystynyt luottamaan. Silti nuorten kirjoituksissa näkyi toivo siitä, että lupauksiin voisi vielä joku päivä luottaa.

Nuoret kertoivat pyrkivänsä jollain tavalla vaikuttamaan vanhemman päihteiden käyttöön. Varjomaailman ryhmän alussa nuori asetti ryhmän loppuvaiheeseen kolmen kuukauden päähen tavoitteen, mihin itse haluaisi muutosta. Useimmilla oli toiveessa vanhemman päihteiden käytön loppuvan tai ainakin vähenevän. Nuorilla eli toive siitä, että heillä olisi mahdollisuus vaikuttaa vanhemman päihteiden käyttöön. Keskusteluiden edetessä nuori kuitenkin yleensä huomasi ohjaajien tuella, ettei vanhemman päihteiden käyttöön pystynyt vaikuttamaan. Seuraavassa ote nuoren kirjoituksesta, jossa hän ilmaisi halunsa kyetä vaikuttamaan vanhemman päihteiden käyttöön.

”Toivoisin, että olisin saanut aikaiseksi jotain, mikä vaikuttaisi vanhemman juomiseen niin että se vähenisi. Haluaisin tuntea itseni onnelliseksi, koska en muista milloin viimeksi olisin ollut oikeasti onnellinen.”

Varjomaailman nuoret kokivat päihtyneestä vanhemmasta häpeää ja syyllisyyttä. Joskus koko kotikaupunki tiesi, milloin oma vanhempi oli päihtynyt ja se aiheutti nuorille hyvin epätoivoisen olon. Nuoret kuvasivat kirjoituksissaan monessa eri yhteydessä sitä, etteivät haluaisi muiden tietävän vanhemman päihdeongelmasta. Tämä kävi ilmi myös keskusteltaessa puhumisen tärkeydestä. Nuoren saattoi olla erittäin vaikeaa puhua asiasta perheen ulkopuoliselle henkilölle. Nuorilla näytti olevan myös syyllinen olo siitä, että vanhempi käytti päihteitä. Tämä liitettiin kirjoituksissa siihen, että vanhempi käytti päihteitä nuoren sitä tahtomatta. Tunteet ja

ajatukset olivat nuorilla sekavat. Siitä huolimatta he pystyivät jollakin tavalla jäsentelemään niitä. Nuoret kokivat jossain määrin olevansa vastuussa perheen ongelmista. Vanhemman päihdeongelman aiheuttamasta syyllisyyden tunnosta kertoo seuraavat nuorten kirjoitukset.

”Yritin lapsena puhua isälle, että vähentäis juomistaan ja aina se lupas. Ei se siinä ikinä onnistunu, sit sillä oli hirveen huono omatunto ja mä syytin itteeni siitä. Koska olinhan mä koko jutun ottanu esille.”

”Joskus oon syyttänyt itteeni siitä, että annoin isken alkoholiongelman vaikuttaa muhun tai että mä edes oon reagoinu siihen. Tai sit mä syytin itteeni isken juomisesta tai jotain...”

Muistellessaan lapsuuttaan nuoret kuvasivat päihtyneen vanhemman torjuneen tai kokonaan hylänneen heidät. Hylkäämiskokemukset liittyivät kertomusten mukaan sellaisiin tilanteisiin, joissa nuori ei ollut käyttäytynyt tai ollut sellainen kuin päihtynyt vanhempi olisi toivonut. Näissä tilanteissa tuli usein esiin väkivallan eri tasot. Kaikki nuoret kertoivat Varjomaailmassa, kuinka heille väkivallan uhka oli jokapäiväistä. Väkivallan aste vaihteli, mutta kaikki kokivat kärsivänsä ainakin vanhemman päihtymyksen aiheuttamasta ahdistuksesta. Koska väkivalta nousi Varjomaailman keskusteluissa niin vahvasti esiin, on se nostettu yhdeksi teemaksi kuvattaessa vanhemman päihteiden käyttöä nuoren kokemana. (ks. 7.5.3 Väkivalta.)

Nuoret puhuivat Varjomaailmassa vanhemman päihdeongelmasta epätoivoisesta näkökulmasta, mutta toisaalta he kertoivat olevansa tottuneita sellaiseen elämään. Nuoret ymmärsivät elämäntilanteensa vaikeuden, mutta myös hyväksyivät jollain tasolla vanhemman päihteiden käytön, kuten seuraavista sitaateista ilmenee.

”Kun tota ajattelee jonkun muun kohdalle, niin kuulostaa ihan hirveeltä, mut ite oon jotenkin tottunu tähän jo lapsesta asti.”

”Isä on aina juonu. Se oli musta jotenkin ihan normaalia.”

Nuoret kuvailivat, että osa lähiverkostosta ei halunnut myöntää vanhemman ongelmallista päihteiden käyttöä. Se näytti joillekin olevan tabu, josta ei puhuttu. Näytti myös siltä, että usealla Varjomaailman nuorella oli suvussaan eriasteista huono-osaisuutta. Osa nuorista esimerkiksi kertoi alkoholismien periytyneen sukupolvelta toiselle. Joillakin nuorilla oli kokemusta yhteiskunnan yrityksistä auttaa päihteitä käyttävää vanhempaa. Puuttumiskeinoista mainittiin katkohoito ja antabus. Nuoret kertoivat puuttumiskeinojen epäonnistuvan joka kerta. Nuoret osasivat ennakoita, mitä interventioista seuraa. Kirjoituksissa nousee esiin nuorten kokema

katkeruus, joka liittyi siihen, ettei vanhempi ottanut vastaan pitkällä aikajuoksulla yhteiskunnan tarjoamia tukitoimia päihdeongelman katkaisemiseksi.

7.2.2 Nuoren suhde vanhempaan

Nuoret kuvasivat suhdettaan päihdettä käyttävään vanhempaan ristiriitaisesti. Toisaalta nuoret kokivat vanhemman olevan selkeästi auktoriteetti, jota tulee kunnioittaa. Nuoret kuvasivat kokevansa lämpimiä tunteita ja kiintymystä vanhempaansa kohtaan. Samaan aikaan nuoret tiedostivat vanhemman aiheuttavan päihderiippuvuutensa myötä ongelmia heidän välilleen ja perheen arkeen. Näissä tilanteissa nuorilla oli taipumus kääntää itsensä syylliseksi tilanteesta, vaikka useat ymmärsivätkin vanhemman olevan ongelmien aiheuttaja. Nuoret kertoivat pyrkimyksistään ymmärtää päihdettä käyttävää vanhempaa. Nuoret kokivat, etteivät saaneet vastakaikua ymmärrykselleen. Kirjoituksissa ilmenee, etteivät vanhemmat ymmärtäneet nuoria ja se turhautti heitä. Vanhemman ja nuoren välillä näyttää olleen hiljaisuuden muuri. Päihdeongelmaisen vanhemman ja nuoren välistä etäistäkin suhdetta kuvaa seuraavat lainaukset.

”Ylipäänsä meidän välinen suhde on sellainen, että ollaan läsnä toisillemme, vaikei puhuta tai katota juurikaan toisiamme.”

”Olisin nuorempana kaivannut enemmän aikaa vanhempani kanssa. Tuntuu, ettei mul oo ees kunnon vanhempi-lapsi-suhdetta siihen ku en oo koskaan puhunu sille mistään vakavasta eikä sitä tunnu edes kiinnostavan mikään...”

Nuoret kuvailivat suhteensa vanhempaan olevan jollain tavalla alisteinen. Vanhemman ja nuoren välistä suhdetta varjosti usein pelko. Nuorta pelotti vanhemman päihteiden käyttö sen tuomien käyttäytymisen muutosten myötä. Useimmat nuoret eivät olleet puhuneet vanhemmalleen hänen häiritsevistä päihteiden käytöstä sen vuoksi kun sitä on pidetty tabuna.

Kun vanhempi oli päihtynyt, nuoret kertoivat usein joutuneensa pitämään hänestä huolta. Osa nuorista koki näissä tilanteissa itsensä vanhemman ”lapsenvahdiksi” tai ”tukipilariksi”. Keskusteluissa kuvattiin erilaisia tilanteita, joissa vanhempi käyttäytyi itsetuhoisesti tai häiritsevästi muiden seurassa. Yleensä nuori oli joutunut puuttumaan tilanteeseen ja pyrkinyt pelastamaan mitä pelastettavissa oli. Nuori koki ahdistusta ja huolta päihdettä käyttävästä vanhemmasta. Vanhemman terveys, työ, raha-asiat, suhteet muihin ihmisiin ja jopa henki huolestivat useaa Varjomaailman nuorta. Lisäksi nuoret kokivat olevansa vastuullisia perheen arjesta ja sen sujuvuudesta. Nuoret kertoivat haluavansa huolehtia myös muista perheen ulkopuolisista ihmisistä. Huolehtimista pohdittiin keskusteluissa kaikkien nuorten kanssa. Nuorille

muista huolehtiminen oli kuin sisään rakennettua, automaattista. Osa nuorista osasi kertoa, että muista huolta pitäminen vähensi aikaa murehtia omista asioista.

Nuoret kertoivat, etteivät uskaltaneet pyytää apua vanhemmaltaan vaikka sitä tarvitsisivatkin. Vanhempaa pyrittiin ”suojelemaan ylimääräisiltä murheita”. Toisaalta vanhemmat eivät ole kertomusten mukaan aina antaneet apua kun nuori oli sitä tarvinnut, mikä osaltaan varmasti vaikeutti avun pyytämistä. Usein vanhempi ei ollut täyttänyt lupastaan, vaikka lupauksen taustalla olisikin ollut välttämättömyys. Nuori taas koki velvollisuudekseen pitää huolta vanhemmastaan ja auttaa häntä. Nuoret tuntuivat olevan välillä hämillään asiasta. Nuoret miettivät kirjoituksissaan, miten heidän tulisi käsitellä vanhemman päihdeongelmaa. Vanhemman päihtymys herätti nuorissa vihaa, surua, epätoivoa ja ahdistusta, kuten seuraavassa sitaatissa ilmenee.

”Mä en tiä mitä niille juomisen herättämille tunteille ja ajatuksille pitäis tehdä. Mä oon vihainen sille aina kun se juo ja sit muulloinkin oon sille vihainen, koska se ei tunnu oikealta ja reilulta, että se ylipäänsä juo.”

Joitakin Varjomaailman nuoria mietitytti oma suhde vanhempaansa kohtaan siinä määrin, että he olivat alkaneet etsimään syitä ”pieleen menneille väleille”. Syitä etsittiin niinkin kaukaa kuin varhaislapsuudesta, jolloin nuoren suhde vanhempaan oli ollut yleensä jo sellainen kuin se oli ryhmän aikana. Nuoret pohtivat kirjoituksissaan paljon sitä, mikä on normaalia. Heille normaalia oli ollut sekasortoinen arki, jossa vanhempaa kohtaan tunnettiin pelon ja vihan tunteita, ja jossa runsaskin päihteiden käyttö oli normaalia. Koska nuoret olivat tottuneita elämäänsä sellaisena kuin se oli, he eivät näyttäneet ymmärtävän mikä oli normaalia elämää. Nuoret kaipasivat tietoa siitä, mitä se oikeastaan on ja kyselivät avoimesta asiasta Varjomaailmassa.

7.2.3 Väkivalta

Kaikki ryhmän nuoret kertoivat kärsivänsä ainakin jossain määrin väkivallasta kotona. Miedoimmillaan väkivalta näyttäytyi nuorelle kurjana tunteena vanhemman päihderiippuvuudesta johtuen ja nuoren pyrkimyksistä kontrolloida vanhemman päihteiden käyttöä. Kaikki nuoret kertoivat kokevansa lisäksi myös eriasteista henkistä väkivaltaa. Päihdeongelmainen vanhempi käyttäytyi holtittomasti ja aggressiivisesti nuoren läsnä ollessa. Olennaista kertomuksissa oli myös väkivallan uhan tunteminen, pelko ja perheenjäsenten välinen riitelä.

Nuoret puhuivat Varjomaailmassa lukuisista eri tilanteista, jotka olivat aiheuttaneet heille hämmennystä ja surua. Kertomusten mukaan nuoret seurasivat sivusta vanhemman ja muiden perheenjäsenten välisiä riitoja. Riitoihin liittyi toisinaan sanallisen uhkailun ja haukkumisen

lisäksi fyysisen väkivallan uhka. Nuoret puhuivat tilanteista joskus välinpitämättömästi ja joskus surulliseen ja ahdistuneeseen sävyyn. Seuraavassa lainauksessa nuori kertoo väkivallan uhasta ja ikävistä tunteistaan avoimesti.

”Aina kun isä on ryypännyt ja vanhemmat on riidellyt, oon mennyt omaan huoneeseen ja itkenyt itteni uneen. Tekee tosi pahaa kuunnella sitä jatkuvaa huutamista ja pelätä, millon se alkaa pahoinpitelee äitiä tai tekee itelleen jotain vahingollista.”

Aineistosta nousee esiin useita erilaisia tilanteita, kun nuoren oli täytynyt saada apua vanhemmalta jonkin arkisen askareen suorittamiseen. Näissä tilanteissa nuoret eivät olleet saaneet tarvittavaa apua, vaan olivat joutuneet pettymään vanhempaansa. Nuoret kuvailivat tilanteita siten, että vanhemmat laiminlöivät joskus velvollisuuksiaan. Nuoret kuitenkin puolustelivat vanhempiaan erilaisin tekosyin, miksi vanhempi ei voinut lastaan auttaa tai hoitaa kuten tarve olisi vaatinut.

Useimmilla ryhmän nuorilla oli henkilökohtaista kokemusta vanhemman käyttäytymisestä uhkaavasti itseä kohtaan. Osa vanhemmista haukkui, uhkaili, syylisti ja ahdisti nuorta eri tavoin. Näihin tilanteisiin liittyi usein joku sellainen piirre tai asia nuorella, joka oli hänelle arka paikka ja jollain tavalla henkilökohtaista. Vanhempien tarkoitus saattoi olla joko tahallinen tai tahaton loukkaaminen, mutta se oli näissä tapauksissa aina lopputulos. Osa nuorista tuli Varjomaaailmaan purkamaan tilanteet välittömästi. Osa taas saattoi olla jo tottunut jatkuvaan nälvimiseen, ja kertoikin tapauksista ikään kuin ohimennen tai toimintaa vähätellen, kuten seuraavassa sitaatissa tulee esiin.

”Oli meillä vähän riitaa vanhempien kanssa, mut ei mitää suurempaa. Haukkumista ja syylistämistä vaan. Yleensä en jaksu välittää, ehkä suutun mutta en pahemmin jaksu välittää...”

Kirjoituksissa ilmenee, millä tavalla nuoret olivat kokeneet vanhemman suuttumuksen kun suuttumisen ”syy” oli nuori. Nuoret kokivat olleensa selkäänpuukottajia, kun pyrkivät toimimaan kuten itselle olisi paras ja vanhemman mielestä huono. Nuoret kirjoittivat myös siitä, että vanhemmat uhkasivat hylätä lapsensa jos lapsi olisi mennyt tekemään jotain vanhemman mielestä anteeksiantamatonta. Nuoret kokivat hylkäämisuhkailut voimakkaasti, mutta siltikin he vähättelivät vanhemman aiheuttamaa mielipahaa. Nuoret kertoivat näiden jatkuvien hylkäämiskokemusten vaikuttaneen heihin siten, että nuoret kokivat pärjäävänsä paremmin yksin.

Nuoret kertoivat, että vanhemmat käyttivät ”rangaistuskeinona” nettikieltoa. Kertomusten mukaan vanhempi saattoi langettaa nettikiellon, mikäli nuori oli jutellut nettikaverinsa kanssa tai jos hän oli kirjoitellut jollakin keskustelufoorumilla henkilökohtaisista asioistaan. Varjomaailma-kielto tuotiin kirjoituksissa esille yhdeksi mahdolliseksi rangaistukseksi vanhempien taholta. Nuorten mukaan vanhemmat eivät halunneet, että perheen asioita puhuttaisiin ulkopuolisille. Nuoret epäilivät sen liittyvän vanhemman päihteiden käyttöön. Vanhempien mukaan ongelma oli nuorissa itsessään. Kirjoitusten mukaan osa vanhemmista myös haukkui ja syyllisti nuoria heidän henkilökohtaisista ongelmistaan.

Nuoret toivat esille myös heidän ristiriitaiset tunnelmat puhumisesta konkreettiselle palveluverkostolle. Heillä oli tarve puhua asioista, mutta vanhemmilla ei näyttänyt olevan ymmärrystä tukemaan nuoren yhteydenpitoa verkoston kanssa. Nuoret kertoivat, kuinka yhteydenotto vaikkapa koulun terveydenhoitajaan tai seurakunnan työntekijään vaarantaisi heidän turvallisuutensa kotona, mikäli tieto siitä menisi vanhemmille. Puhuminen lastensuojelun työntekijöille oli nuorten mukaan ehdottomasti ”pahinta, mitä vanhemmalle voi tehdä”. Kirjoituksissa ilmenee, että osa nuorista verkostoitui lastensuojelun kanssa Varjomaailman eri ryhmien aikana. Osa nuorista oli jäänyt Varjomaailman ryhmiin ikään kuin kannatteluun, jos konkreettiset tukitoimet eri palveluntarjoajien kanssa olivat olleet vähäiset tai riittämättömät. Nuoret kokivat olevansa alisteisia vanhemmille ja täten vähemmän uskottavia viranomaisten silmien alla. Myös vanhemmat puhuivat nuorille sillä tavalla, ettei nuorilla olisi mahdollisuuksia olla uskottavia avun hakemisessa. Siksi nuorten saattoikin olla äärimmäisen hankalaa lähteä hakemaan apua perheen ulkopuolelta.

Nuorten kirjoituksista ilmenee, että päihdeongelmaisissa perheissä esiintyy myös fyysistä väkivaltaa. Se oli kirjoitusten perusteella kuitenkin harvinaisempaa kuin henkinen väkivalta. Fyysinen väkivalta koettiin erittäin negatiivisena asiana ja siihen saattoi syyllistyä niin vanhempi kuin lapsikin. Kirjoitusten mukaan vanhemman toimesta tapahtuva fyysinen väkivalta oli säännöllisempää ja pitkäkestoisempaa kuin nuoren toimesta tapahtuva. Nuoren osalta fyysinen väkivalta oli harvinaisiin tilanteisiin liittyvää ahdistuksen ja vihan purkua. Vanhemman toimesta tapahtunut fyysinen väkivalta näytti liittyvän jollain tavalla nuoren kontrollointiin. Väkivallan käyttö perheenjäsenten välillä oli aineiston mukaan tavallista. Vanhemmat uhkailivat, syyllistivät ja haukkuivat myös toisiaan. Nuoret kertoivat myös nähneensä fyysistä perheväkivaltaa. Joissakin tilanteissa oli ollut myös poliisi selvittämässä asioita.

Nuoret puhuivat väkivaltakokemuksista eri tavoin. Osalle nuorista oli selvää, että heidän asemansa perheessä oli alisteinen, ja vanhemmat päättivät ja ohjasivat perheen elämää aina. Osalla nuorista taas oli enemmän vahvuutta taistella vanhemman kanssa. Nämä ”kapinoivatkin” nuoret kertoivat olevansa kyllästyneitä elämäntilanteeseensa. Nuorille oli osittain jo

muodostunut vahva kokemus omasta itsenäisyydestä tai itsenäisyydenkaipuusta. Tämä osoitautui kirjoitusten perusteella olevan voima väkivallasta eroon pääsemisessä. Prosessit eivät kuitenkaan olleet suoraviivaisia, vaan nuorten mielialat ja ajatukset vaihtelivat ääripäästä toiseen usein.

Nuoret kuvasivat monessa yhteydessä inhoavansa itseään. Teksteissä näkyi itsensä vähättely ja oman hyvinvoinnin laiminlyöminen. Nuoret näyttivät myös käyttäytyvän väkivaltaisesti itseään kohtaan. Kirjoitusten perusteella on tulkittavissa itseinhon ja -tuhoutuuden juontuvan ainakin osittain stressaavasta kotitilanteesta. Väkivaltaisuudesta itseään kohtaan kirjoitettiin lähes kaikkien nuorten taholta. Nuoret kirjoittivat itsetuhoisesta käytöksestä, jonka muoto vaihteli nuorilla. Kirjoitusten perusteella voi tulkita itsetuhoisen käytöksen olevan jonkinlainen defenssi ja pahanolon purkamisen väylä. Tästä aiheesta on lisää kuvailua myöhemmin. (ks. 7.5.6 Nuoren selviytymiskeinot päihdeongelmaisessa perheessä.) Seuraava sitaatti kuvaa nuoren vihaa itseään kohtaan ja sitä, että vanhempi on omaan pahaan oloon jollain tavalla sidoksissa.

”Tunnen itseni hirveäksi ihmiseksi. Oon niin vihainen itselleni! Aloin jopa miettiä, että oon ansainnutkin kaiken tän pahan olon kun olen näin kamala ihminen. En yhtään parempi kuin vanhempani.”

7.2.4 Kulissit

Tyypillistä Varjomailman kirjoituksissa oli nuorten kertominen siitä, mitä heille kuuluu. Nuoret eivät osanneet pelkistetysti kertoa heidän kuulumisiaan, jos joku asiasta kysyi. Etenkin rehellisten vastausten antaminen tähän kysymykseen oli heidän mielestä erittäin vaikeaa. Nuoret kertoivat puolitutuilleen, viranomaisverkostolle ja jopa ystäville hyvin kaunistellusti kuulumisensa. Itse asiassa osa peitteli rehellisesti huonot kuulumiset ja purki sitten ajatuksensa Varjomailmassa. Kirjoituksista tuli sellainen vaikutelma, että osa nuorista saattoi jopa potea huonoa omaatuntoa epärehellisestä vastauksesta.

Nuoret kertoivat pyrkineensä aina olemaan kilttejä välttääkseen riitoja ja vaikeuksia. Kilttinä olemisen oli koettu helpottavan elämää. Nuoret vihasivat kilttinä olemisen helpottaneen vanhemman elämää, mutta vaikeuttaneen omaansa. Nuoret eivät olleet kokeneet saaneensa olla omia itsejään ja näyttää kaikkia tunteitaan. Kiltteys ja rauhanomaisuus liitettiin kirjoituksissa usein myös siihen, ettei kotona siedetty huonoa käytöstä tai vaikeuksia. Seuraavat sitaattit kuvaavat kilttinä olemista nuoren näkökulmasta.

”Mussa elää niin vahvasti se, että on pakko esittää et kaikki on hyvin. Siinä oon onnistunut tahtomattanikin.”

”Oon ihan pienestä asti yrittänyt olla mahdollisimman helppo lapsi, kohtelias ja kiltti kaikille.”

Vanhemman päihdeongelma hävetti nuoria paljon. Tästä puhuttiin Varjomaailmassa monessa yhteydessä. Häpeän tunteen ohella myös vanhemman päihdeongelman myöntäminen muille näytti olleen haastavaa. Nuoret vitsailivat ja puhuivat huumorin turvin vaikeistakin asioista muun muassa ystäville. He kuitenkin ilmaisivat kaipaavansa myös vakavaa keskustelua jonkun kanssa. Vanhemman päihdeongelmasta oli heidän mukaansa helpompi puhua, kun siihen suhtautui kevyemmin. Ohessa on lainaus tästä ajatuksesta.

”Aika usein kun puhutaan vaikeista asioista, niin se menee naureskelun puolelle. Välillä se on ihan hauskaa ja oikeastaan tosi helpottavaakin, ettei tarvii olla hirveen vakavana. Toisinaan kuitenkin kaipais sitäkin, et vois ihan kunnolla puhua.”

Perheen sisällä ei kirjoitusten mukaan puhuttu edes arkipäiväisiä asioita, jotka tulisi hoitaa. Negatiivisista tunteista ei sopinut puhua eikä niitä kuulunut näyttää. Nämä aiheet liittyivät kertomuksissa pelkoon vanhempaa kohtaan. Nuoret eivät olleet pystyneet näyttämään tunteitaan rehellisesti, sillä vanhempi ei pitänyt ”huonosta” käytöksestä tai se ei ollut vanhemman mielestä asiallista. Kirjoituksista tulee vaikutelma, että nuoret kokivat hylätyksi tulemisen pelkoa, jos näyttäisivät negatiiviset tunteensa vanhemmalle. Seuraavat sitaattit kuvaavat negatiivisten tunteiden puhumisen ja näyttämisen vaikeutta nuoren näkökulmasta.

”Äitin nähden mun pitää olla ”normaali”. En mä osaa näyttää sille pahaa oloa. En oikeastaan kellekään...”

”En tiää pitäiskö mun olla jotenki täydellinen lapsi. Omasta mielestäni ei mut vanhempani mielestä varmaan pitäis. Tuli semmonen fiilis, et en oo hyvä jos mul on paha olla, vaan pitäis olla semmonen iloinen. Enkä mä pysty siihen.”

Useat nuoret puhuivat kirjoituksissaan siitä, kuinka vaikea heidän oli nykyisin itkeä. Itkemisen oli koettu olevan helpompaa nuorempana. Jotkut nuorista kertoivat itkevänsä ”ilman mitään syytä” tilanteissa, joissa ei kuuluisi olla tarvetta itkeä. Nuoret kertoivat itkevänsä lähinnä yksin ollessaan. Osa nuorista jopa suunnitteli ajan itkemiselle. Näinä hetkinä oli heidän mukaansa tärkeää olla ihan yksin, ilman vanhempien ja muiden perheenjäsenten näkemistä.

7.2.5 Vaikenemisen ilmapiiri

Kirjoitusten perusteella näytti päihdeongelmaisissa perheissä vallitsevan vaikenemisen ilmapiiri. Etenkin haasteellisista asioista näytti olevan kiellettyä puhua. Perheenjäsenten välinen kommunikointi oli kirjoitusten perusteella pinnallista. Nuoret eivät kokeneet luontaiseksi puhua vanhemmille etenkään vaikeita asioita. Syynä saattoi olla joko väkivallan uhka tai pelko hyläytyksi tulemisesta. Nuoret kertoivat, ettei heidän perheissä ollut tapana selvittää riitoja ja keskustella asioista. Perheissä oli tapana taistella asioista ja jättää asiat puimatta jälkikäteen. Asiat jäivät ikään kuin hautumaan avonaisiksi haavoiksi. Nuorilla oli myös vahva kokemus siitä, että vanhemmat eivät muuttuisi, vaikka asioita ottaisi puheeksi. Tästä näkökulmasta katsottuna puhumisen oli koettu olevan perheessä turhaa.

Perheen ongelmista piti nuorten kertomusten mukaan vaieta myös ulkopuolisille. Vanhemman valta perheessä oli heidän mukaansa niin suuri, että nuori koki olevansa selkäänpuukottaja jos menisi puhumaan ulkopuoliselle. Nuoret ymmärsivät kuitenkin viimeistään ryhmän aikana, että puhuminen on tärkeää. Siitä huolimatta kaikki nuoret jahkasivat puhumisen aloittamista. Ohjaajat ja nuoret keskustelivat erittäin paljon puhumisen tärkeydestä ja jonkun luotettavan henkilön kanssa puhumisesta. Varjomaailmassa tuettiin puhumaan kenelle tahansa luotettavalle ulkopuoliselle ihmiselle. Jos viranomaisille oli vaikeaa puhua, tuettiin ystäville puhumista. Nuorille tämäkin oli kuitenkin jo erityisen haastavaa, sillä heidän perheissä oli totuttu vaikenemiseen ja ”teatterin” ylläpitämiseen. Moni nuorista kuitenkin onnistui Varjomaailman tuella löytämään keskusteluyhteyden ystävien tai jonkun viranomaisen kanssa tästä heille kipeästä asiasta. Puhuminen kuitenkin koettiin haastavaksi ja se saattoi aiheuttaa kyyneliä nuorille, siksi sitä välteltiin. Nuoret kirjoittivat myös jälkikäteen puhumiseen liittyvästä helpotuksen tunteesta.

Nuoret kuvasivat monella eri tavalla, kuinka he kokivat kärsivänsä matalasta itsetunnosta ja itsekunnioituksesta. Tämä oli osaltaan vaikuttanut myös heidän avun hakemiseen. Nuoret kokivat olevansa arvottomampia kuin muut. Nuoret kokivat vievänsä vain ”jonkun tärkeämmän” aikaa, jos hakisivat apua joltain viranomaiselta. Lisäksi viranomaisten apuun suhtauduttiin kirjoituksissa skeptisesti. Syynä saattoi olla kokemus palveluiden riittämättömyydestä tai pelko kotitilanteen heikkenemisestä, kuten seuraavissa lainauksissa ilmenee.

”Mä en tiä pystynkö kertomaan. Uskallanko, onko siitä apua vai pahentaako vaan tilannetta.”

”Terkkari meiltä koulusta löytyy, mutta se ilmeisesti päivystää joissain muissakin kouluissa, ja tuntuu, et se on paikalla kerran kuukaudessa.”

7.2.6 Nuoren selviytymiskeinot päihdeongelmaisessa perheessä

Varjomaaailmassa nuoret puhuivat paljon vanhemman päihdeongelmasta, mutta myös siitä, mikä on helpottanut heidän oloaan perhe-elämän kaaoksessa. Nuorilla oli sekä hyviä että huonoja metodeja, joilla he purkivat pahaa oloaan tai pyrkivät suojelemaan itseään. Kappaleessa 7.1 kuvattiin nuorten puhuvan harrastuksistaan mielihyvähengessä. Harrastukset liitettiin siis myös pahan olon purkamisen väyläksi ja eräänlaiseksi selviytymiskeinoksi. Fyysisesti rankkaa harrastusta kuvattiin henkireiäksi arjen keskellä. Aineistosta nousee esiin myös se, että moni Varjomaaailman nuorista oli kokenut meditoinnin tärkeäksi osaksi hyvinvoinnin tukemista. Meditoinnista oli Varjofoorumilla puhuttu oma-aloitteisesti ilman ohjaajien aloitetta. Meditointi auttoi nuorten mukaan rauhoittumaan ja pääsemään irti peloista. Nuoret kannustivat toisiaan keskusteluissa kokeilemaan meditointia osana arkea. Osa nuorista kertoi, että kotona oli jokin lemmikkieläin. Lemmikkieläimen hoito oli kirjoitusten mukaan nuorille tärkeää, mielihyvää tuottavaa puuhaa.

Monelle nuorelle musiikin kuuntelu oli myös tärkeää. Nuorten mukaan musiikki rauhoitti ja sen kautta pystyi käsittelemään erilaisia tunteita ja ajatuksia. Nuoret kertoivat kuuntelevansa musiikkia myös stressaavissa tilanteissa rauhoittaakseen itseään. Moni nuori kertoi kirjoittamisen olleen oiva apukeino pahan olon käsittelemiseen ja purkamiseen. Osa nuorista kertoi kirjoittavansa runoja tai erilaisia lyriikoita omasta elämästään ja tunteistaan. Koska nuorten oli vaikea puhua tunteistaan, kirjoittaminen oli heille tärkeä keino saada ajatukset pois mielestä. Jotkut nuoret ilmaisivat kirjoittamisen toimivan pakokeinona omasta elämästä. Kirjoittamista hyödynnettiin myös haaveiluun.

Varjomaaailman ryhmässä yhä useampi nuori havahtui kuitenkin puhumisen tärkeyteen. Prosessit etenivät toisinaan hyvinkin hitaasti, mutta nuoret alkoivat ryhmän aikana ymmärtämään, että puhuminen on pakollista oman selviytymisen kannalta. Puhuminen omista huolista ja vaikeuksista koettiin hankalaksi, mutta nuoret kokivat olon helpottuvan puhumisen jälkeen. Kun puhumisen ”lukko” oli avattu, nuorten oli paljon helpompi jatkaa avautumistaan. Nuoret kertoivat puhuvansa ystäville ja muille läheisille lukuun ottamatta päihderiippuvaisia vanhempia. Nuoret hakeutuivat Varjomaaailman tukemana puhumaan vaikeista asioista myös jonkin viranomaisten kanssa. Se oli yleensä perus edellytys nuoren tilanteen eteenpäinviemiseksi.

Nuorille erittäin tärkeä toimintaympäristö oli kertomusten mukaan seurakunnan nuorisotoiminta. Kuten 7.1 kappaleessa on kuvattu, nuoret osallistuivat aktiivisesti seurakunnan nuorisotoimintaan. Toiminnasta puhuttaessa tulee sellainen vaikutelma, että seurakunta tarjosi turvaa ja osallistumismahdollisuutta nuorille. Monet nuorista kertoivat tutustuvansa uusiin ih-

misiin seurakunnan kautta. Osalle nuorista seurakunnan työntekijä saattoi olla ainut viranomainen, jolta oli saanut apua tai tukea elämäänsä. Kirjoituksista ilmenee, että nuoret olivat todella myös saaneet apua seurakunnalta. Osalle nuorista isostoiminta oli myös mahdollisuus olla jossain muualla kuin kotona katsomassa vanhemman päihtymistä.

Varjomaailmassa nuoret puhuivat lähimmäisistään ja ihmisistä ympäriltä kahdesta eri näkökulmasta. Toiset nuoret pitivät ”kaksin käsin kiinni” läheisistään ja toiset taas suorastaan työnsivät heidät pois. Osasta kirjoituksia tulee sellainen vaikutelma, että läheisiin takerrutaan vaikka väkisin kiinni huolimatta heidän negatiivisestakin vaikutuksesta itse. Jotkut nuorista puhuivat läheisen menettämisen pelosta. Nämä nuoret ovat kokeneet heille tärkeiden ihmisten läheisyyden välttämättömyytenä elämisensä kannalta. Toiset nuoret taas ovat kokeneet suurta pettymystä ihmisiin ja pyrkivät olemaan etäällä heistä. He kokivat tulleen petetyksi perheensä taholta ja tämän myötä oli viha muitakin ihmisiä kohtaan heidän mielestä oikeutettua. Toisin sanoen nuoret valitsivat selviytymisensä kannalta jommankumman lähtökohdan ihmisten suhteen; takerru tai työnnä pois.

Kappaleen 7.1 viimeinen yhdistävä tekijä selviytymiskeinojen kanssa on nuoruusajan oireilu. Nuoruusajan oireilu nimittäin saattoi olla myös nuoren selviytymistä edistävä asia. Mielialan heittelyt ja erilaiset mielenterveyshäiriöt näyttivät kirjoitusten mukaan liittyvän vanhemman päihteiden käyttöön ja siitä aiheutuvaan mielipahaan. Nuoret kertoivat kärsivänsä monenlaisesta mielialaoireiluista ja mielenterveyshäiriöistä. Kaikilla heistä oli masennusta ja ahdistusta. Tämän lisäksi nuoret kertoivat kärsivänsä muun muassa paniikkikohtauksista, jotka liittyivät hyvin voimakkaaseen ahdistukseen vanhemman ikävästä käytöksestä nuorta kohtaan. Nuorilla näytti esiintyvän myös monenlaisia itsetuhoisia ajatuksia ja toimintatapoja. Nuoret kuvasivat itsetuhoisen käytöksen liittyvän kontrollin tunteeseen ja hetkelliseen mielihyvään. Osalla nuorista itsetuhoisen käytös oli ohjaajien mielestä erityisen huolestuttavaa, mutta näytti olevan nuorten mielestä ehdoton ratkaisu ahdistuksen ja masennuksen helpottamiseen. Monet nuorista kertoivat kärsivänsä myös uniongelmistä. Osalla oli vaikeuksia nukahtaa tai pysyä unessa. Osa nuorista kärsi myös painajaisista.

8 Varjomaailman tavoitteiden toteutuminen verkkokeskustelussa

Tässä kappaleessa esitän opinnäytetyön tulokset Varjomaailman tavoitteiden toteutumisen osalta. Tarkoituksena on avata Varjomaailman toimintatapoja ja peilata niitä edellisessä kappaleessa kuvattuihin nuorten kertomiin asiasisältöihin. Analysoidessani Varjomaailman tavoitteiden toteutumista huomasin niiden kulkevan kaikki käsi kädessä. Siksi tulosten osalta näissä on päällekkäisyyksiäkin.

8.1 Rohkaiseva, luottamuksellinen ja tunneilmaisua tukeva dialogi sekä vuorovaikutus vertaisten kanssa

Tässä kappaleessa selvitän, millä tavalla Varjomaailman toiminta ja vuorovaikutus tuki nuorten tunneilmaisua sekä luottamuksellista keskustelua ja ryhmäytymistä. Pelkkä aineiston määrä kertoo, että nuoret olivat kirjoitelleet Varjomaailmaan runsaasti. Aineistossa oli useita satoja sivuja kirjoituksia nuorilta. Nuoret kertoivat avoimesti elämästään ja itsestään. Tämä jo riitti kertomaan, että Varjomaailman toiminnan ensimmäinen tavoite toteutuu. Tietenkin ohjaajilla oli suuri vaikutus nuorten avoimuuteen ja siihen pureudunkin lisää tulevassa. Tämän ensimmäisen tavoitteen toteutumisen osalta oli nähtävissä kaksi päätyyppiä; sitä tukevat rakenteet ja toisaalta ohjaustyyli.

8.1.1 Avointa vuorovaikutusta tukevat rakenteet

Ennen kuin varsinainen ryhmä alkaa, oli yksi ohjaajista käynyt laatimassa Varjofoorumin pohjan, joissa oli erilaisia keskustelujen aloituksia. Näitä olivat muun muassa erilaiset tietoisut, kuten mistä saat apua jos hätä tulee yllättäen, mitä vanhemman juominen oikeastaan on, Varjomaailman säännöt ja Reilun ryhmän sopimus. Varjomaailman säännöissä kerrottiin, mitä varten Varjomaailma oli perustettu ja mitä foorumi sisälsi. Siellä kerrottiin, että ohjaajien lisäksi Varjomaailmassa keskusteleet toiset ”vertaiset” nuoret. Keskustelun raameina toimivat hyvä käytös ja palveluntarjoajan A-klinikasäätiön periaatteet sekä Suomen lait. Säännöissä puhuttiin luottamuksellisuudesta ja siitä, että Varjomaailmassa voidaan puhua rankkojakin juttuja. Ryhmän luottamuksellisuutta korostettiin Reilun ryhmän sopimuksessa. Jokaisen nuoren tuli käydä kirjoittamassa nimimerkinsä osoituksena allekirjoituksesta ryhmän sopimuksen suhteen. Säännöt loivat tärkeää tunnelmaa ja sitoutumista Varjomaailman toimintaan. Seuraavassa sitaatissa yksi ryhmän ohjaajista on kirjoittanut Reilun ryhmän sopimuksesta.

”Kuten tiedätte, tämä ryhmä on luottamuksellinen. Se tarkoittaa sitä, että täällä puhutut asiat, niin kevyet kuin arkaluontoisemmat, pidetään meidän välisnämme, eikä muiden kirjoituksia saa kopioida tai levitellä muualle nettiin tai mihinkään muuallekaan. Allekirjoitettuaasi lupaudut pitämään ryhmässä kirjoitetut asiat omana tietonasi. Tämä luo turvallisen ilmapiirin, jossa kaikki voivat puhua vapaasti ja jakaa henkilökohtaisia kokemuksiaan.”

Varjomaailman ryhmän ollessa puolella välissä yksi ohjaajista myös oli jakanut jokaiselle nuorelle yksityiseen postilaatikkoon väliaikakyselyn, jonka tarkoituksena oli tiedustella nuorelta hänen tyytyväisyyttään Varjomaailman toimintaan. Nuorelta kysyttiin muun muassa tyytyväisyydestä ohjaajien toimintaan, ryhmän toimintaan ja ryhmän ilmapiiriin sekä tiedusteltiin mahdollisista odotuksista ryhmän toimintaa kohtaan. Väliaikakyselyn toimittaminen nuorille

kuvaa mielestäni hyvin ohjaajien pyrkimyksiä kehittää toimintaa nuoria miellyttävään suuntaan. Vaikka vastauksia ei juuri ollut tullut, oli toimintaan vaikuttamismahdollisuuden antaminen tärkeää. Kyselyihin vastanneet nuoret kertoivat Varjomaailmaan kirjoittamisen olevan tärkeää heille. Nuoret kokivat ryhmässä olevan lämmin tai erittäin lämmin ilmapiiri. Nuoret vaikuttivat olevan tyytyväisiä Varjomaailmaan eivätkä juuri esittäneet lisätoiveita toiminnan suhteen, kuten seuraavista sitaateista ilmenee.

”En toivo mitään erityistä. Kunhan ohjaajat tukevat ja lohduttavat niin se riittää.”

Ryhmän lopussa jokaiselle nuorelle kirjoitettiin henkilökohtainen kiitoskirje. Kiitoskirjeessä kiitettiin ryhmään osallistumisesta ja kerrottiin, miksi juuri tämä nuori oli ollut niin hyvä ryhmän jäsen ja mitkä olivat hänen vahvuuksiaan. Kirjeessä oli lyhyt tiivistelmä nuoren ryhmän aikaisesta prosessista; tulevaisuuden muisteluun perustuva oma tavoite, johon haluaa muutosta, ja onko muutosta tapahtunut. Kirjeessä annettiin jokaiselle nuorelle henkilökohtaisesti kohdennettu nettilinkki, jonka tarkoituksena oli tukea nuorta hänelle ajankohtaisissa tai tulevaisuudessa tapahtuvissa asioissa. Lopuksi kirjeessä kerrottiin, milloin seuraava ryhmä olisi ja toivotettiin nuori jälleen lämpimästi tervetulleeksi mukaan.

Tutkimassani ryhmässä oli myös hyvin toimiva ohjaajien keskinäinen työtehtävien vastuunjako. Ohjaajat olivat jakaneet työtehtävät omassa postilaatikossaan. Vastuunjaot näkyivät käytännössä. Ohjaajat tekivät töitä yhteisten sopimuksien mukaisesti ja nuoret saivat ohjausta yleensä aina kun tarvitsivat. Ryhmän kolmesta ohjaajasta yksi oli niin sanottu vastuuhjaaja, jonka tehtävänä oli toimia ryhmän päävetäjänä. Hän hoiti eri tehtäväalueisiin liittyvän kommentoinnin ja otti vastuulleen yksittäisten nuorien konkreettisten asioiden hoitamisesta enemmän kuin muut. Lisäksi vastuuhjaaja päivysti usein viikonloppuisin ja useammin kuin muut. Tosinaan myös kaksi muuta ohjaajaa kävi päivystämässä viikonloppuisin. Kaksi muuta ohjaajaa vastasivat vuoroviikoin ja milloin itselleen oli sopivinta. Selkeä työnjako ja niistä nuorille ilmoittaminen foorumilla vahvistivat tulkintani mukaan avointa ilmapiiriä. Tällöin ohjaajat tiesivät mitä tuli tehdä ja milloin. Lisäksi nuorille kerrottiin avoimesti kuka lukee viestit ja milloin. Nuoret tiesivät aina, kuka ohjaajista olisi vastaamassa akuutteihin viesteihin.

Varjomaailmassa oli nuorten omien huoneiden lisäksi tietoisukuja ja viikkotehtäviä. Foorumilla oli myös niin sanottu ilmoitustaulu, johon kuka tahansa saattoi tulla kertomaan mahdollisesta lomastaan tai poissaolostaan. Siellä ohjaajat myös ilmoittivat omista ”lukuvuoroistaan”, kuka lukee viestit ja milloin. Siellä kävi ilmi, että kaksi ohjaajista kävi vähintään kerran vuorokaudessa lukemassa viestit, yhden ollessa vapaalla lukuvuorostaan. Yksi nuori antoi yksityisviestillä palautetta lukuvuoroista ja vastauksien tiheydestä. Nuori toivoi saavansa vastauksia myös

päivällä hänen koulupäivänsä aikana. Yksi ohjaajista vastasi, että kaikki kolme ohjaajaa tekevät Varjomaailman työtä osa-aikaisesti muiden töiden ohella, jolloin tiheästi vastailu ei ollut mahdollista. Toinen vastaustiheyteen vaikuttava tekijä oli ohjaajan mukaan työn rajaaminen. Koska työympäristö on verkossa, oli varmasti usealle ohjaajalle fyysisesti mahdollista käydä vastailemassa, mutta työn kuormittavuuden vuoksi työaikaa oli muokattava omien resurssien ja voimavarojen mukaan. Lisäksi aineistossa ilmenee, että yksi ohjaajista vastasi viikonloppuisin ja juhlapyhinä vain akuuteissa asioissa. Varjomaailma palveli siis käytännössä arkisin.

8.1.2 Avointa vuorovaikutusta tukeva ohjaustyyli

Varjomaailman ohjaajat nimenmukaisesti ohjasivat keskusteluja kunnioittavasti ja välittäen. Ohjaajien kirjoituksissa painottui nuorten yksilöllinen huomiointi. Jokainen ohjaaja kävi ryhmän alkaessa henkilökohtaisesti tervehtimässä ja toivottamassa tervetulleeksi nuoren Varjomaailmaan tämän omassa huoneessa. Ohjaajien teksteissä oli tulkittavissa, että heitä aidosti kiinnosti nuoren elämä. He kyselivät kunnioittavasti ja ystävällisesti nuorilta asioita heti alusta alkaen. Jokaisen nuoren omassa huoneessa oli samanlainen vastuuohjaajan kirjoittama aloitus, jossa toivotettiin nuori tervetulleeksi ja kerrottiin sanan olevan vapaa. Nuorelle annettiin kaksi tehtävää; itsensä esittely ja muiden nuorten tervehtiminen heidän omissa huoneissaan sekä tavoitteiden asettaminen seuraavalle kolmelle kuukaudelle. Tavoitteiden asettaminen kulki nimellä tulevaisuuden muistelu ja tavoitteiden asettamiseen oli tervetulokirjeessä useita apukysymyksiä. Tällä tavalla alkoi keskustelut jokaisen nuoren huoneessa. Nuorten omat huoneethan olivat aineistossa laajimmat keskustelualueet.

Ohjaajat aloittivat vastauksensa nuorten viesteihin usein kiitoksella ja jollain rohkaisevalla sanalla. Ohjaajat näyttivät pyrkivän luomaan kunkin nuoren positiivisella huomioinnilla lämpimän keskustelu ympäristön. Aineiston perusteella näyttää siltä, että Varjomaailmassa oli lämmin ja avoin tunnelma. Jos nuorella ilmeni jotain huolia, myös ohjaajat vaikuttavat kirjoituksissaan aidosti huolestuneilta ja pyrkivät auttamaan nuoria mahdollisimman paljon heidän omilla ehdoillaan. Seuraavissa lainauksissa on nähtävissä positiivisen ilmapiirin ja avoimen keskusteluyhteyden tukemista Varjomaailmassa.

”Haluttiin vaan toisten ohjaajien kanssa ilmoittaa, että olette mahtava ryhmä ja me välitetään teistä jokaisesta!”

”Kiitos tästä tekstistä! Toivottavasti saamme lukea näitä hienoja kirjoituksia jatkossakin! Mitä oikein mietit tätä kirjoittaessa?”

”Oot lämpimästi tervetullut varjisryhmään! Osaat hyvin jäsenellä elämääsi ja pulmakohtia joita olet kokenut, tämä on varmasti yksi vahvuuksistasi ja auttaa

sua käsittelemään vaikeitakin asioita. Mukava kuulla että olet löytänyt musiikista ja kirjoittamisesta itsellesi henkireijän. Voit halutessasi myös tänne keskusteluketjuun linkittää joitain biisejä? Kirjoitatko päiväkirjaa vai ihan jotain runotyyllisiä juttuja? Oon samaa mieltä toisen ohjaajan kanssa siitä, että sulla on hyvät konkreettiset keinot miten voidaan tämän kolmen kuukauden aikana saavuttaa tavoitteesi. Jatketaan tästä!”

Ohjaajat tukivat nuoria heidän elämänsä arkipäiväisissä ja haastavimmissakin asioissa. Tekstissä ohjaajat puhuivat minä-viestintää hyödyntäen etenkin heitä huolestuttavista asioista. Teksteissä ei näkynyt nuorta syyllistävää vuorovaikutusta. Ohjaajat toivat monta kertaa keskusteluissa esille, että varsinkin vaikeiden asioiden kohdalla ”me yhdessä” keksimme keinot nuorten auttamiseen. Kirjoituksissa on tulkittavissa, että nuorta pyrittiin vahvistamaan kulke-malla vierellä ja tukemalla toimimaan itsensä hyväksi. Nuorille annettiin mahdollisuuksia vaikuttaa omiin asioihin niin paljon kuin mahdollista. Esimerkiksi konkreettisen palvelunohjauksen yhteydessä nuorilta itseltä tiedusteltiin, mikä taho olisi hänelle kaikista luontevin hakea apua. Asioista keskusteltiin foorumilla paljon ja nuoria pyrittiin tukemaan puhumisessa. Aineistosta käy ilmi, että Varjomaailman nuorille oli erityisen haastavaa puhua omista kipeistä asioistaan ulkopuoliselle, oli kyseessä sitten ystävä tai viranomainen. Aineistossa käytiin paljon keskustelua juurikin siitä, voiko kenellekään puhua vaikeista asioista. Varjomaailma sen sijaan näytti olevan nuorille ainakin lähes kynnyksetön paikka avautua ongelmistaan. Tätä tukee kaikki nuorten kertoma, joita avasin luvuissa 7.1 ja 7.2. Seuraavissa sitaateissa ohjaajat pyrkivät tukemaan nuorta puhumaan vaikeista asioista ja hakemaan apua.

”Ymmärrän, että äidin päihdeongelman puheeksi ottaminen on sinulle vaikeaa. Varmasti jokainen ryhmäläinen kipuilee tämän saman ongelman kanssa.”

”Kyllä me tässä keinot keksitään, joten älä huoli: tämä homma ei nyt tyssää tähän.”

Läpi kaikkien keskusteluiden käy selvästi ilmi, että Varjomaailman tärkeimpiä tarkoituksia on auttaa vanhemman päihdeongelmasta kärsiviä nuoria löytämään elämästään ihmisiä, joilta pyytää apua omaan tilanteeseensa. Ohjaajat tukivat nuoria etsimään itselleen apua pohtimalla yhdessä nuorten kanssa, kenelle nuoren olisi helpoin puhua. Ohjaajat myös kannustivat nuoria pitämään itsestään ja hyvinvoinnistaan huolta. Rivien välistä kuultaa Varjomaailman nuorten yksinäisyys. Nuoret kertoivat ohjaajille kaikenlaisia asioita, ikään kuin omalle vanhemmalle tai muulle läheiselle aikuiselle. Ohjaajat osoittivat nuorille paljon myötätuntoa ja lohduttivat, jos nuori avautui ikävistä kokemuksistaan. Nuoret kertoivat kirjoituksissaan ole-

vansa epävarmoja erilaisten ratkaisujen suhteen. Ohjaajat vastasivat näihin viesteihin rohkaisevasti, kannustavasti ja kehuen nuoria jokaisesta edistysaskeleesta. Seuraavat lainaukset kuvaavat ohjaajien kannustavaa ja lohduttavaa kirjoittelua.

”Oon tosi ylpeä susta! On ollut ihan huikeaa seurata tässä ryhmässä mitä askeleita oletkaan ottanut! Oot mainio tyyppi ja sulla on oikeus voida hyvin! Ison iso halaus!”

”Voi itku, ei voi olla totta! Olen tosi tosi pahoillani! Muista, että sulla on oikeus olla allapäin ja surra, ja myös miettiä, että miten tästä eteenpäin.”

”Tiedätkö sen sanonnan, että ”juuri ennen päivän sarastusta on kaikkein pimeintä”? Se tarkoittaa, että asiat yleensä tuntuvat menevän kaikkein huonoiten juuri ennen kuin tulee vääjäämätön käänne parempaan. Siksi olisikin tärkeää, ettet nyt antaisi periksi.”

Varjomaailman ohjaajat tukivat nuoria sen ymmärtämisessä, ettei vanhemman päihdeongelma ja siitä juontuvat haitat johdu nuoresta. Nuorille pyrittiin tekemään selväksi, että vanhemman päihteen käyttö on pelkästään vanhemman päätettävissä oleva asia. Moni nuorista oli kovasti ahdistunut kotona olevasta tilanteesta. Ohjaajien tavoitteena olikin tukea nuoren ymmärrystä, että nuori pyrki elämässään toimimaan itse hyvinvointinsa eteen. Varjomaailman ohjaajilla oli myös tärkeä rooli nuorten kertomien tilanteiden sanoittamiseen. Nuoret kertoivat kokemuksistaan yleensä surulliseen tai vihaiseen sävyyn. Teksteissä näkyi epätoivoa ja ymmärtämisen vaikeutta. Nuori olisi halunnut ymmärtää vanhempansa. Ohjaajat pyrkivät viesteissään sanoittamaan nuorille, miksi vanhemmat mahdollisesti käyttäytyvät kuten käyttäytyvät. Ohjaajien työote näyttäytyi näissä tilanteissa terapeuttilta, sillä nuorilta pyrittiin ottamaan syyllisyyden ja vastuuntunnon taakkaa pois harteilta. Ohjaajien tärkeä tehtävä näytti olevan nuorten puolustaminen, sillä nuorten kertomusten perusteella kotona nuoria puolustamassa ei välttämättä ollut ketään. Ohjaajien terapeuttista työtettä kuvaavat seuraavat sitaattit.

”Tapahtui mitä tapahtui, nämä asiat eivät ole sinun vastuullasi ja et omalla toiminnallasi ”pilaa” yhtään mitään.”

”Ja edelleen olisi tärkeää pitää mielessä se todellinen syy kaikkeen. Eli äitisi alkoholismi. Eihän se äidin juominen millään tavalla ole sinun syytäsi. Sä olet toiminut juuri oikein.”

Varjomaailman toiminnan yksi osa-alue on vertaisten tuki ja sen mahdollistaminen. Tämäkin näyttäytyi mahdollistuvan keskusteluiden perusteella. Nuoret keskustelivat etenkin arkipäiväisistä asioista keskenään runsaammin. Nuoret jakoivat keskenään vinkkejä liittyen esimerkiksi koulunkäyntiin, harrastuksiin ja seurustelukuvioihin. Nuorten omissa huoneissa käydyissä kiipeissä keskusteluissa nuoret olivat kommentoineet toistensa keskusteluita harvemmin, mutta sitäkin vahvemmassa hengessä. Nuoret jakoivat toisilleen kokemuksia ja selviytymistarinoita. Foorumilla oli nähtävissä myös nuorten keskinäistä kannustamista ja rohkaisemista kun kyseessä oli ikävien tapahtumien puiminen. Vaikutti siltä, että nuorille vertaisten tuki oli erittäin tärkeää. Seuraava sitaatti on lainattu nuorelta, joka halusi tukea ja kannustaa toista nuorta.

”Sinä et ole syyllinen yhtään mihinkään! Sinä olet heitä parempi! Koeta jaksaa siellä. Sinä et ansaitse tuollaista kohtelua.”

Vaikka vertaisten käymä keskustelu oli huomattavasti vähäisempää kuin nuorten ja ohjaajien välinen keskustelu, vertaisten välistä keskustelua kuvaa hyvin tietynlainen yhteenkuuluvuuden tunne. Yksi ohjaajista totesi ohjaajien omassa postilaatikossa ryhmäläisten vertaistuesta seuraavaa.

”No huhhuh tota vertaistuen määrää, siellä nää jutskaa ku vanhat tutut.”

8.2 Nuorten elämäntilanteiden kartoitus

Tässä kappaleessa selvitän, millä tavalla Varjomaailmassa toteutetaan tavoitteen mukaista nuoren elämäntilanteen kartoitusta. Aineistossa oli nähtävissä kaksi eri muotoa, joiden avulla toiminnassa pyrittiin kartoittamaan nuorten tilanteita. Ohjaajat kyselivät erilaisten tehtävien avulla nuorten elämäntilanteista. Samoin vapaassa keskustelussa nuoren elämäntilannetta kartoitettiin myös. On tulkittavissa, että tilannekartoituksen tavoite oli kerätä tietoa, miten vakavassa elämäntilanteessa kukin nuori on ja löytää heille sen avulla oma viranomaiskontakti. Ohjaajien omassa postilaatikossa ohjaajat pohtivat yksittäisten nuorten tilanteita tasaisin väliajoin. Heidän tavoitteenaan oli tilannekartoituksen myötä löytää kullekin nuorelle tuki heidän elämäntilanteisiinsa.

8.2.1 Tilannekartoitus tehtävien avulla

Varjomaailmassa oli useita keskusteluita, joissa oli teemana jokin sosiaalialalla tai lastensuojelutyössä käytettävä menetelmä. Näitä menetelmiä eli tehtäviä olivat päivän kello, verkostokartta, mikä ilahdutti tänään, mitä ajattelen itsestäni ja tunnetehtävät (ilo, suru, rakkaus,

viha). Tehtäviin vastaaminen oli vapaa-ehtoista. Yleisesti ottaen näissä ketjuissa keskustelua käytiin melko vähän. Nuoret vastasivat eniten teemoihin päivän kello, mikä ilahdutti tänään, verkostokartta ja mitä ajattelen itsestäni. Tunnetehtävistä ilo keräsi eniten vastauksia. Tehtäväkeskusteluissa ei käyty juurikaan syvällisempää keskustelua, vaikka ohjaajat pyrkivätkin jatkamaan keskusteluita näiden teemojen puitteissa. Joissakin epäselväksi jääneissä asioissa ohjaajat toivat kysymykset nuorten omiin huoneisiin, joissa nuoret vastasivat lähes aina kaikkiin kysymyksiin. Rakkaus- ja viha-tehtävät eivät poikkeuksellisesti keränneet yhtään vastausta.

Viikkotehtävien lisäksi nuorten omissa huoneissa oli myös tulevaisuuden muistelu -tehtävä. Se sijoittui keskustelun ensimmäiseen viestiin, jonka vastuuohjaaja oli kirjoittanut Varjomaailmaan etukäteen. Viestissä oli tervetulotoivotuksen lisäksi pyyntö, että nuori esittelisi itsensä ryhmän muille jäsenille omassa huoneessaan ja kävisi tervehtimässä muita nuoria heidän huoneissaan. Viestin lopussa oli tulevaisuuden muistelu-tehtävä, jonka tarkoituksena oli asettaa tavoitteita ryhmän kolmen kuukauden ajanjaksolle. Vastaaminen tehtäviin oli kuitenkin aina vapaaehtoista. Nuorelta kysyttiin, mihin hän haluaisi muutosta ja millä tavalla hän muutokseen pyrkisi. Ohessa sitaatti, jossa ohjaaja on pyrkinyt selvittämään nuorten lähtökohtia ryhmään tulemiseen liittyen.

”Toivomme, että teet heti alkuun pienen tehtävän. Sen nimi on tulevaisuuden muistelu, ja sen ideana on asettaa tavoitteita. Mitä sinä haluaisit, että tämän kolmen kuukauden ryhmän jälkeen olisi elämässäsi toisin? Miten asiat voisivat muuttua edes himpun verran paremmiksi? Tulevaisuuden muistelussa on siis tarkoitus asettaa itsensä kolmen kuukauden päähän tästä hetkestä. Miten muistellet kuukauden kuluttua tätä hetkeä? Mitä kolmen kuukauden aikana on tapahtunut? mitä kaikkea olet tehnyt, nähnyt, kokenut? Mitä teit myönteisen kehityksen aikaansaamiseksi, ja minkälaista tukea sait siihen? Mistä olit huolissasi ja mikä sai huolesi vähenemään? Kaikkiin kysymyksiin ei tarvitse vastata, ne ovat tässä vain antamassa osviittaa. Voit pohtia ihan vapaasti, niin lyhyesti tai pitkästi kuin itse haluat.”

Tulevaisuuden muistelu - tehtävää tarjottiin nuorille myös ryhmän loppuvaiheessa. Se oli ryhmän viimeinen tehtävä. Siinä pyrittiin asettamaan itsensä vuoden päähän ja kuvittelemaan, kuinka asiat ovat ja mitä niille olisi mahdollisesti tapahtunut. Tehtävässä korostettiin odotettavissa olevaa positiivista muutosta. Tehtävä jätettiin viikko ennen ryhmän päättymistä. Tehtävään ei tullut yhtään vastausta nuorilta. Ryhmän alkuvaiheessa annettu tehtävä tulevaisuuden muistelusta taas keräsi ainakin jonkinnäköisiä vastauksia kaikilta nuorilta. Osa oli selkeästi jäsennellyt, mitä kolmessa kuukaudessa halusi tapahtuvan. Osalla tavoitteiden määrittely oli epäselvempää, mutta ne olivat tulkittavissa rivien välistä. Kaikilla nuorilla yhtäläistä

tulevaisuuden muistelussa oli vanhemman päihdeongelman kanssa elämään oppiminen. Toiset toivoivat suoraan muutosta vanhemman päihdekäyttäytymiseen, toiset taas pohtivat vanhemman päihdeongelmaa omasta näkökulmasta; he toivoivat vahvuutta ja rohkeutta ongelman kohtaamisessa.

Varjomaailmassa olleet tehtävät vaikuttivat sisältävän tärkeitä asioita nuorten elämäntilanteiden kartoittamiseksi. Varjomaailman toiminnan näkökulmasta on tärkeää saada tietoa esimerkiksi nuoren lähiverkostosta; keitä hänen elämäänsä kuuluu ja mikä suhde nuorella on elämäänsä liittyviin ihmisiin. Näistä asioista kysyttiin verkostokartta -tehtävässä. Päivän kello -tehtävä avasi sen sijaan tärkeitä näkökulmia nuoren arkeen. Tehtävässä pyrittiin kartoittamaan nuoren päivää ja arkirutiineja. Tunnetehtävissä pyrittiin keskustelemaan nuorten tunteista konkreettisoin keinoin. Mitä ajattelen itsestäni? -tehtävässä nuoret saivat valita annetuista adjektiiveista heidän mielestään itseään kuvaavia sanoja. He saivat myös kertoa, missä he olivat mielestään hyviä. Tehtävässä pyrittiin etsimään nuoren vahvuuksia ja kartoittamaan nuoren näkemystä itsestään.

Ainoastaan tunnetehtävät vaikuttivat olleen nuorten mielestä vaikeita tai etäisiä. Tämä väite perustuu siihen, ettei tunnetehtäviin ollut monikaan vastannut ja jos oli, aiheesta keskusteleminen näytti loppuvan lyhyeen. Vaikka tunnetehtävät tulivat ripotellen ryhmän aikana, jäi vaikutelma, että ne jäivät liian irrallisiksi kokonaisuudesta. Tunnetehtävillä oli ilmeisesti tarkoitus kartoittaa nuoren tunne-elämää. Siltikin jäin itse miettimään, miksi nuoret eivät olleet vastanneet näihin tehtäviin. Todennäköisesti nuorten oli helpompi puhua tunteista vapaassa keskustelussa ennemmin kuin varsinaisten tehtävien puitteissa.

8.2.2 Tilannekartoitus vapaassa keskustelussa

Varjofoorumilla tehtävien ja tietoisuuksien lisäksi olivat nuorten omat huoneet, joissa nuoret ja ohjaajat keskustelivat runsaasti. Keskustelu oli vapaamuotoista ensimmäisen tehtävän (tulevaisuuden muistelu) jälkeen. Nuoret kertoivat alussa omista lähtökohdistaan hakeutuessaan Varjomaailmaan keskustelemaan. Nuoret kertoivat spontaanisti myös normaaleista ja arkisista asioista kuten koulunkäynnistä ja harrastuksista. Vastatessaan nuorten viesteihin ohjaajat kysyivät tarkentavia kysymyksiä liittyen nuorten kertomaan sekä nuorten ajatuksia ja tunteita liittyen kaikkiin asioihin nuorten elämässä. Varjomaailmassa ohjaajat pyrkivät kartoittamaan nuorten elämäntilannetta kokonaisvaltaisesti. Tilannekartoitus liittyi lähinnä asioihin, jotka liittyivät vanhemman päihteiden käyttöön. Ohjaajat kyselivät viesteissään myös muista yleisistä asioista, kuten koulunkäyntiin tai työhön liittyvistä asioista.

Vapaassa keskustelussa nuori yleensä kertoi jotain spontaanisti, jonka jälkeen ohjaajat kyselivät asiasta lisää. Ohjaajat kysyivät suoraan esimerkiksi kotitilanteesta. Lisäksi he kysyivät tarkentavia kysymyksiä ja pyrkivät tiedustelemaan nuoren tunteita ja ajatuksia asioita kohtaan. Hyvin tyypillisissä kysymyksissä ohjaaja kysyikin nuorelta mitä tunteita ja ajatuksia jokin asia tai tilanne herättää, kuten seuraavat ohjaajien sitaattit kuvaavat.

”Millainen ilmapiiri on kotona? Tuntuuko, että pärjäilet siellä?”

”Miltä susta tuntui nähdä äiti? Miltä hän vaikutti? Mitä ajatuksia heräsi?”

Ohjaajat pyrkivät tällä tavalla kartoittamaan nuoren perhetilannetta ja suhdetta perheenjäseniin sekä nuoren muihin läheisiin ja ystäviin. Ohjaajat kyselivät myös kotitilanteesta, vanhemman päihteiden käytöstä ja muista mahdollisista liitännäisoireista ja -tuntemuksista. Nuori saattoi kertoa omasta pahasta olostaan lainkaan ymmärtämättä mistä se johtuu. Nuoren pahan olon purkukeinoista tehtiin myös kartoitusta. Yleensä joku ohjaajista tulkitse sen, mitä nuori on kertonut ja kokosi ajatukset yhteen. Toisin sanoen ohjaajien tärkeä tehtävä tilannekartoituksen myötä oli tilanteiden sanoittaminen. Tilanteiden sanoittaminen johti yleensä keskusteluun nuoren elämäntilanteesta, josta oli luonteva avata keskustelua palvelunohjauksen suuntaan.

Ohjaajat kartoittivat myös jokaisen nuoren tilanteen viranomaiskontaktien suhteen. Kaikilla nuorilla oli kontakti johonkin viranomaiseen. Nuoren avulla pyrittiin löytämään hänelle sopiva kontakti. Lisäksi pohdittiin ystäviä ja muita läheisiä, joiden kanssa nuori pystyisi puhumaan omasta elämästä. Olennainen ulottuvuus tilannekartoituksen suhteen oli myös nuoren käsitys tulevaisuudesta. Nuorelta tiedusteltiin tulevaisuuden haaveista ja suunnitelmista. Kartoituksen jälkeen ohjaajat tukivat nuoria niissä unelmissa ja suunnitelmissa, jotka olivat toteutettavissa ja opastivat jos nuori tarvitsi johonkin apua.

8.3 Konkreettisen palvelunohjauksen toteutuminen

Aineistosta selviää, että Varjomaailman ohjaajat toteuttivat konkreettista ja yksilöllistä palvelunohjausta nuorille. Palvelunohjaus toteutui jokaisen nuoren kohdalla samalla tavoin. Tehtyään tilannekartoitusta ohjaajat kertoivat nuorelle erilaisista palveluista, jotka voisivat olla auttamassa nuoren elämässä. Keskusteluiden perusteella nuori valitsi itselleen mieluisimman vaihtoehdon. Tästä palvelusta keskusteltiin ja tehtiin yhdessä suunnitelma, kuinka nuori saisi yhteyden kyseiseen tahoon. Erilaisia väyliä oli muun muassa sähköposti, koulujen viestijärjestelmät ja nettilinkit, joiden avulla nuori pääsisi palvelun sisältöön ja sijaintiin käsiksi. Tämän jälkeen nuoren kanssa pohdittiin yhdessä, mitä asioita olisi hyvä nostaa esille kun tapaa konk-

reettisen viranomaisverkoston. Yleisesti ohjaajat kehottivat kirjoittamaan muistilappua kertomisen tueksi. Nuoret kertoivat kokeneensa muistilappu -menetelmän hyväksi keinoksi saada kaikki tarvittavat asiat kerrottua. Muistilappu oli siksi tärkeä, koska nuoret tyypillisesti jännittivät kohdatessaan viranomaisia ja jännittäväillä hetkillä saattoi unohtua, mitä pitikään kertoa. Kun yhteydenotto ja tapaaminen olivat toteutuneet, nuoret kokivat pientä hämmennystä ja jännitystä asioiden etenemisessä, mutta kokivat myös olevansa helpottuneita saaneensa asiansa eteenpäin.

Tyypillisimmät palvelut, joihin nuoria ohjattiin, olivat seurakunnan palvelut, kouluterveydenhuolto, erilaiset mielialaongelmiin perehtyneet palvelut kuten nuorisopoliklinikka, itsenäistymiseen liittyvät tukipalvelut ja lastensuojelun toimipisteet. Lähes kaikilla nuorilla oli jo ennestään kontakti seurakunnan toimintaan, mutta osalla ei ollut ammatilliseen apuun perustuvaa suhdetta seurakunnan työntekijöiden kanssa. Osa nuorista sai ryhmän aikana konkreettista apua esimerkiksi papilta tai nuorisotyöntekijältä. Nuoret olivat yhteydessä koulun terveydenhoitajaan ja saivat sieltä jonkin verran apua. Osa nuorista kritisoi vahvasti terveydenhoitajien auttamismahdollisuuksia, sillä terveydenhoitajilla oli nuorten kertomusten mukaan useita kouluja vastuullaan ja tapaamismahdollisuuksien koettiin olevan pienet. Noin puolet nuorista kertoi käyvänsä terapiassa jossain mielialapoliklinikalla. Osalla kokemukset psykologin kanssa olivat olleet negatiivisia ja psykologien apuun suhtauduttiin melko kielteisesti. Osalle nuorista psykologin luokse meneminen aiheutti jännitystä leimaantumisesta, jonka vuoksi nuori saattoi valita itselleen matalamman kynnyksen palvelun. Osalle nuorista itsenäistyminen oli ajankohtaista. Nuoret pohtivat paljon raha-asioiden hoitamista, virastoasioiden hoitamista ja ruoanlaittoa. Heille löydettiin tukiverkosto auttamaan näissä asioissa. Verkostot olivat muun muassa asumisenohjaajat ja lähiverkoston ihmiset. Nuoria ohjattiin myös lastensuojelun palveluihin Varjomaailmasta. Tilanteet herättivät monenlaisia tunteita ja ajatuksia, mutta Varjomaailman ohjaajat painottivat heidän kulkevan rinnalla koko prosessin ajan. Seuraavassa sitaatissa ohjaaja kertoo nuorelle Varjomaailman tavan auttaa nuoria.

”Meillä täällä Varjomaailmassa on näissä tilanteissa sellainen tapa, että sinä itse saat ensin nimetä ja ottaa selvää siitä, kuka olisi juuri se ammattilainen kehen haluaisit olla yhteydessä. Olisiko se opettaja, pappi, nuorisotyöntekijä, kuraattori, psykologi, lääkäri vai kuka? Kenelle sun olisi kaikista helpoin puhua, vaikkei se tietenkään koskaan ole helppoa? Sitten kun olet keksinyt tämän henkilön, voidaan sopia, että otatko itse häneen yhteyden (ja milloin ja miten), vai haluaisitko mieluummin, että me soittaisimme puolestasi ja kertoisimme tilanteestasi. Olemme toimineet näin monta kertaa, ja ryhmäläiset ovat olleet tyytyväisiä!”

Varjomaailman ohjaajat tarjosivat nuorille mahdollisuuksia, että he ottaisivat nuorien puolesta yhteyden heidän konkreettiseen viranomaisverkostoon. Tutkittavassa ryhmässä kuitenkin vain yhden nuoren puolesta toteutettiin varsinaisia konkreettisia yhteydenottoja hänen verkostoonsa. Muut nuoret kokivat voivansa itse hoitaa kaikki omat asiansa. Varjomaailman työntekijä soitti ja vaihtoi sähköpostiviestejä erään viranomaistahon kanssa. Aineistosta ilmenee, että muidenkin nuorten konkreettiseen viranomaisverkostoon oli oltu yhteydessä aiemmissa ryhmissä. Ohjaajat kehottivat jakamaan kokemuksiaan näistä yhteydenotoista, sillä ne oli koettu positiivisiksi ja oikeasti auttaviksi keinoiksi. Jotkut nuorista jakoikin joitakin kokemuksia. Vertaistukea hyödynnettiin Varjomaailmassa siis myös palvelunohjauksen yhteydessä.

Viranomaisten ohella Varjomaailman ohjaajat kehottivat nuoria puhumaan myös muille läheisille ihmisille kuten ystäville, perheenjäsenille tai sukulaisille. Olennaista oli se, että kyseiseen henkilöön pystyi luottamaan ja hänelle pystyi asioista kertomaan. Ohjaajat puhuivat paljon asioiden ja ongelmien puheeksi ottamisesta nuorille. Varjomaailman nuorilla ei ollut monitakaan henkilöä elämässään, johon pystyi luottamaan vanhemman päihdeongelmaan liittyvistä asioista puhuttaessa. Useammalla oli ystäviä, joiden kanssa nuori harjoitteli puhumaan omia asioitaan. Osalla nuorista oli taas pelkästään viranomaistahoja, joihin saattoi luottaa.

Ohjaajille palvelunohjauksessa tärkeitä elementtejä oli nuoren kunnioitus, rehellisyys ja avoimuus keskusteluissa. Tämä käy ilmi kaikissa keskusteluissa nuorten kanssa. Nuoren mielipiteitä ja ajatuksia kunnioitettiin ja prosessissa hyödynnettiin heidän näkemyksiä omista tilanteistaan. Joidenkin nuorten kohdalla vastarinta avunhakemisessa oli suurta. Nämä nuoret kokivat olevansa vähemmän tärkeitä kuin ketkä tahansa muut nuoret. Ohjaajien työnkuvaan liittyikin paljon nuoren vahvistamista ja hänen kannustamista hakemaan apua ja hyväksymään oma arvokkuutensa. Nuoria suostuteltiin hakemaan apua tai tarttumaan kiinni tarjottavista palveluista. Palvelunohjausprosessi ei ollut nuorilla suinkaan yksiviivaista, vaan avun hakemisen prosessissa tapahtui välillä askelia taaksepäin. Ohjaajat kuitenkin painottivat, että heidän tehtävänsä oli kulkea rinnalla nuoria auttamassa. Osalle nuorista jätettiin hänen oma postilaatikko auki ryhmän päätyttyä, jotta nuorella olisi paikka, josta hakea apua tarvittaessa. Seuraava sitaatti kuvaa Varjomaailman ohjaajien mahdollistamaa apua, jonka näkökulma on vahvasti yhteisöllinen.

”Ja hei muistathan, että me ollaan täällä sun tukena ja apuna? Et ole yksin näiden juttujen kanssa!”

Ryhmän lopussa jokaisen nuoren postilaatikkoon jätettiin henkilökohtainen kiitoskirje, jossa oli kerrattu viimeisen kolmen kuukauden aikana tapahtuneet asiat ja kiitetty nuorta olemasta osa ryhmää. Kirjeen lopussa oli valittu jokaiselle nuorelle kohdennettu nettilinkki, joka saattoi ohjaajien näkemysten mukaan auttaa nuorta elämänsä silloisessa vaiheessa. Nettilinkit

saattoivat olla informaationsivustoja esimerkiksi mielialaongelmista tai nettilinkki alueen turvataloon, johon nuori saattaisi joutua lähtemään kotitilanteen vuoksi lähitulevaisuudessa. Sitä Varjomailman ryhmä päätyikin vahvasti palvelunohjauspainotteiseen näkökulmaan.

9 Johtopäätökset

Olen tehnyt tulosten pohjalta opinnäytetyössäni johtopäätökset vastaten tutkimusongelmaan. Ensimmäisissä osissa tätä lukua keskityn avaamaan tulkintaani liittyen nuorten kertomuksiin elämäkokemuksistaan. Luvun jälkipuoliskolla pohdin Varjomailman toiminnan tavoitteiden toteutumista ja palvelun tarpeellisuutta päihdeperheissä eläville nuorille. Lopuksi esitän mahdollisia kehittämiskohteita, joita Varjomailman toiminnassa voisi ottaa huomioon.

9.1 Nuoruuteen liittyvä kokemusmaailma

Varjomailman nuoret pohtivat omaan ikäänsä liittyviä asioita siinä missä muutkin nuoret. Kuten Nurmi ym. (2014) kuvaavat, nuoruusikään liittyvää on oman identiteetin etsiminen ja uusien asioiden kokeilu. Heidän mukaansa nuoruudessa pohditaan paljon moraalisia ja periaatteellisia asioita, tulevaisuuden suunnitelmia ja omia rajojaan. Tuloksissa ilmenee, että Varjomailman nuoret kävivät läpi näitä yleisiä nuoruusikään liittyviä asioita. Nuoret kuvasivat omia ajatusprosessejaan ja ryhmän keskusteluiden edetessä ajatukset saattoivat jonkin asian suhteen muuttua. Muutokset tapahtuivat vertaisten ja ohjaajien kanssa käytävän vuorovaikutuksen sekä ”tosielämässä” tapahtuneiden asioiden myötä. Nuoret pohtivat oikean ja väärän eroa ja kokeilivat omia rajojaan. Osa oli käyttänyt ja kokeillut myös päihteitä, mikä kuuluu niin ikään tiettyssä määrin nuoruuteen. Nuoret pohtivat myös paljon tulevaisuuteen liittyviä asioita; mitä työtä ryhtyisi tekemään, minne muuttaisi asumaan, kenen kanssa alkaisi seurustella.

Nurmen ym. (2014) mukaan nuoruudessa ikätoverien merkitys kasvaa ja alkaa itsenäistyminen omasta synnyinperheestä. Heidän mukaansa nuoret alkavat viettämään aikaa itsensä kaltaisten ikätoverien kanssa. Opinnäytetyöni tuloksissa ilmenee, että Varjomailman nuoret käyttävä paljon aikaa ystävien kanssa olemiseen. Osa nuorista oli myös hakeutunut eri seuraan, kuin aiemmin oli ollut omien arvojen ja ajatusten kehittymisen myötä. Nuorten kertomusten mukaan juuri omanlainen seura kiinnosti heitä; joka oli syrjäänvetäytyvä, todennäköisesti hakeutui syrjäänvetäytyvän nuoren seuraan ja niin edelleen. Kuten tuloksissa ilmeni, vertaisen seura oli heille tärkeää. Kun jakoi arjen vertaisen kanssa, ei ollut niin yksinäinen olo. Vertaisseuraan hakeutuminen näkyi myös opinnäytetyön aineistossa, jossa nuoret yrittivät saada toisistaan ystävyksiä. Keskenään samankaltaisissa elämäntilanteissa olevien nuorten seura oli usealle henkireikä arjessa.

Nuoret pohtivat paljon omaa paikkaansa maailmassa ja suhdettaan muihin ihmisiin. Nuorilla oli käynnissä todennäköisimmin identiteetin etsimisvaihe, jonka aikana he pyrkivät muovamaan ajatusmaailmansa ja elämäänsä itsensä oloiseksi. Nuoruus on selvästi herkkää aikaa, jolloin ympärillä olevat ilmiöt ja ihmiset voivat vaikuttaa suuresti identiteetin muodostumiseen. Päihdeperheessä elävän nuoren identiteetti muodostunee useamman mutkan kautta perhetilanteen vuoksi. Nuoruuteen kuuluu myös itsenäistyminen omasta synnyinperheestä. Itsenäistyminen oli osalle nuorista todellinen ja arkipäiväinen asia, kun he asuivat vanhemmista erillään. Osa nuorista kuitenkin asui vanhempiensa kanssa, jolloin itsenäistyminen ei ollut edennyt muodolliseen loppuun asti. Kuitenkin kaikille Varjomaailman nuorille yhteinen asia oli aktiivinen oman rauhan hakeminen. Omaa rauhaa pidettiin erityisen tärkeänä asiana ja mielestäni se korostui tutkimassani aineistossa.

Kaikki nuoret olivat jollakin tavalla yhteyksissä seurakunnan nuorisotoimintaan. Nurmela (1998, 9, 12-13) mukaan maaseutumaaisissa kunnissa nuoret osallistuvat keskimääräistä enemmän seurakunnan nuorisotoimintaan. Kaupunkiseudulla osallistuminen seurakunnan toimintaan on noin puolet vähäisempää. Seurakunta on kuitenkin yksi merkittävistä palveluntarjoajista nuorille. Jostain syystä Varjomaailman nuoret olivat useimmiten juurikin seurakunnan asiakkaita enemmän kuin urheiluseuran jäseniä, joita on Nurmela mukaan useankertainen määrä verrattuna seurakunnan jäseniin. Nuorten kirjoitusten perusteella voidaan päätellä, että kirkon nuorisotoiminta koetaan matalan kynnyksen toiminnaksi, jossa pääsee osallistumaan yhteisölliseen toimintaan. Mikäli Varjomaailman nuoret ovat maaseutumaaisista kunnista, voi näissä paikoissa palveluita ja toimintapaikkoja olla varsin vähän, mikä selittäisi seurakuntatoimintaan osallistumisen. Joka tapauksessa seurakunnan toiminnalla on iso merkitys Varjomaailman nuorten elämässä. Lisäksi seurakuntien nuorisotoiminnalla voi olla ratkaiseva vaikutus päihdeongelmaisen perheen auttamisessa.

9.2 Päihdeperheessä elämisen kokemusmaailma

Nuoret kirjoittivat Varjomaailmassa varsin tavanomaisista kokemuksista ja tunteista liittyen alkoholistivanhempaan. Heidän kokemuksensa olivat jokaisella omanlaisensa päihdeperheen lapsena. Toiset kokivat turhautumista ja vihaa pähteitä käyttävää vanhempaansa kohtaan. Toisille tunteet päihdettä käyttävää vanhempaa kohtaan olivat jotenkin turrat. Vaikka heidän elämänsä olivat luonnollisesti ainutlaatuisia, oli havaittavissa useita yhtäläisyyksiä heidän välillään. Kokemuksia leimasivat vahvat negatiiviset tunteet, joista puhuttiin Varjomaailmassa runsaasti. Nuoret puhuivat erittäin paljon häpeän ja syyllisyyden tunteista. Paljon keskusteltiin myös nuorten kokemista surun ja vihan tunteista, jotka liittyivät vanhemman päihteen käyttöön ja omaan voimattomuuteen auttaa päihdettä käyttävää vanhempaa. Kuten Takala ja

Roine (2013) esittävät, nuoret kokevat päihdettä käyttävää vanhempaa kohtaan ahdistusta ja pelkoa. Tämä näyttäytyi Varjomaailman keskusteluissa vahvasti. Pelko liittyi väkivaltaan ja sen uhkaan sekä vanhemman arvaamattomaan käytökseen, mikä aiheutui päihtymyksestä. Vä-kivallan uhan alla eläminen aiheuttaa voimakkaita ahdistustiloja. Tavanomaisissa olosuhteissa elävillä nuorilla ei ole todennäköisesti yhtä paljon ahdistustiloja ja mielialaongelmia kuin Varjomaailman nuorilla. Aineistossa painottui myös nuorten kokema luottamuspuola vanhempaa kohtaan, mikä johtui vanhemman päihtymyksestä. Lupausten ja sopimusten rikkominen on päihdeperheen vanhemmalla tyypillistä, kuten Takala ja Roine (2013) esittävät.

Suurin osa Varjomaailmassa olevista teksteistä koski vanhemman päihdeongelman vaikuttavuutta nuoren elämään. Kertomukset olivat negatiivissävyytteisiä. Ne sisälsivät kokemuksia, tunteita ja ajatuksia liittyen vanhemman päihdeongelmaan ja sen vaikutuksiin. Nuoret kertoivat suurimmaksi osaksi tarinoita viime ajoilta. Joukossa oli myös tarinoita menneisyydestä, jopa varhaislapsuudesta. Kertomuksista pystyi päättämään, että Varjomaailman nuoret olivat eläneet päihdeperheessä niin pitkään kuin muistivat. Sen perusteella pidän mahdollisena, että Varjomaailman nuorten vanhemmilla oli pitkäaikainen historia päihteiden käytöstä. Kertomusten perusteella vanhemmilla oli korkea toleranssi alkoholille ja sitä käytettiin ainakin vapaapäivinä, mutta useimmiten myös arkisin. Toisin sanoen nuoret elivät lähes joka päivä päihdettä käyttävän vanhemman kanssa. Lisäksi vanhempien päihteiden käyttöön oli pyritty ainakin osassa tapauksissa puuttua yhteiskunnan toimesta.

Alkoholista riippuvainen ihminen ei kykene hallitsemaan pakonomaiseksi muodostunutta juomistaan, alkoholin sietotoleranssi on kasvanut ja hän jatkaa juomistaan, vaikka haittoja esiintyy (Aalto ym. 2009). Nuorten kertomuksista on tulkittavissa, että heidän perheidensä elämissä esiintyi runsaastikin haittoja liittyen arjen hallintaan ja perheenjäsenten hyvinvointiin liittyviin asioihin. Pidän hyvin mahdollisena, että kirjoitusten taustalla olevien nuorten vanhemmat kärsivät alkoholiriippuvuudesta. Tämän opinnäytetyön fokus oli nuorten kokemat haitat vanhempien päihteiden käytöstä johtuen. Siksi pidän tärkeänä, että tässä työssä korostetaan vanhempien päihderiippuvuuden aiheuttamia negatiivisia vaikutuksia nuoreen ja hänen elämäänsä. Päihdehaitoista kärsiminen on mahdollista, vaikka vanhempi ole varsinaisesti päihteistä riippuvainen (Piispa 2010). Tämän opinnäytetyön puitteissa en ota kantaa satunnaisesti päihdettä käyttävien vanhempien vaikutuksista nuoriin, sillä ryhmässä oli kokemuksia vain vanhemman runsaasta päihteiden käytöstä.

Varjomaailman nuorissa elää kirjoitusten mukaan vahvasti vaikeneminen omista ja perheen ongelmista. Myös arkipäiväisistä asioista vaiettiin. Takalan ja Roineen (2013) mukaan vaikeneminen liittyy nuorten leimaantumisen pelkoon. Tässä opinnäytetyössä lisämerkitystä vaikenemisen taustalla olevista syistä antoi myös väkivallan pelko ja sen uhka. Väkivalta, sen näkeminen, kokeminen ja pelkääminen nousivat aineistossa poikkeuksellisen vahvasti esiin. Lukemani

aiempien tutkimusten perusteella päihdeperheissä esiintyy väkivaltaa (ks. esim. Holmila, Itäpuisto & Ilva 2011; Takala & Roine 2013; Haverfield & Theiss 2014). Oman arvioni mukaan tutkimani aineisto sisälsi poikkeuksellisen paljon väkivaltaan liittyviä aiheisältöjä. Toisaalta verkkomaailmassa nuorten voi olla helpompi puhua omista ongelmistaan. Se herättääkin kysymyksiä, onko päihdeperheissä yleisesti kuitenkin yhtä paljon vaiettua väkivaltaa, sen kokemista ja näkemistä kuin käyttämäni aineisto antaa ymmärtää.

Väkivalta tuli esille nuorten kertomuksina ja tunnetiloina kuvattuna vanhemman päihteiden käyttöön liittyen. Väkivalta näyttäytyi myös nuorten kirjoittamien viestien ajankohdista. Nuoret saattoivat kirjoittaa ahdistavista asioista ja kokemuksista aamuyöllä. Näissä perheissä esiintyi yleensä väkivaltaa enemmän kuin toisissa. Myöhäiset ja aikaiset kirjoitusajankohdat selitettiin joskus pelolla, että vanhempi näkisi nuoren kirjoittelevan nettiin ja muille ihmisille perheen asioista. Kirjoittaminen nettiin saattoi olla nuorille kielletty. Kirjoitusajankohdista heräsi ajatuksia, milloin Varjomaailman nuoret ylipäänsä nukkuivat ja minkä laatuista unta nuoret nukkuivat? Nuoret olivat kuitenkin kasvavassa iässä ja painivat perhetilanteensa lisäksi koulu- ja työmaailman paineissa.

Paavilainen ja Pösö (2003, 14) jakavat väkivallan eri muodot fyysiseen, psyykkiseen ja seksuaaliseen väkivaltaan. He tarkoittavat fyysisellä väkivallalla kivun tuottamista lapselle sekä tilapäisiä tai pysyviä toiminnan vaikeuksia. Se näyttäytyy fyysisten oireiden ja vammojen lisäksi esimerkiksi väkivaltaisen käyttäytymismallin siirtymisenä lapselle tai pelon, vihan ja epäluottamuksen herättämisenä ja juurruttamisena osaksi lapsen itsetuntoa. Paavilainen ja Pösö määrittelevät psyykkisen väkivallan merkitsevän psyykkistä pahoinpitelyä, jossa väkivallan tekijä käyttäytyy pelottavan uhkaavasti, tekee sen kohteen naurunalaiseksi, nöyryyttää, vähättelee, käyttäytyy kylmästi ja reagoimattomasti tai muulla tavalla uhkaa psykologisesti lapsen hyvinvointia ja kehitystä. Näitä kahta kuvaamaani väkivallan muotoa esiintyi Varjomaailman keskusteluissa.

Nuorten kokema väkivalta oli niin henkistä kuin fyysistäkin. Fyysinen väkivalta oli rajua, mutta harvinaisempaa. Väkivallan käyttö päihdeperheissä oli myös nuorten ja heidän sisarusensa arkea hetkinä, kun perheessä oli riitoja. Nuorten käyttämä fyysinen väkivalta oli kuitenkin harvinaisempaa kuin vanhempien. Paavilaisen ja Pösön (2013, 14) mukaan fyysiseen väkivaltaan kuuluu myös pelon, vihan tai epäluottamuksen tunteiden aiheuttamista lapselle. Näin ajatellen päihdettä käyttävä vanhempi syyllistyi fyysisen väkivallan käyttöön. Kaikilla päihdettä käyttävillä vanhemmilla oli nuorten kertomusten mukaan taipumus syyllistää ja olla vihasia nuorille asioista, jotka liittyivät vanhemman omaan päihteiden käyttöön. Nuoret pelkäsivät puhua vanhemmilleen omista peloista ja muista tunteista. Kertomusten mukaan vanhemmat käyttivät runsaasti psyykkistä väkivaltaa nuoria kohtaan, sillä he syyttivät, haukkuivat, alistivat sanallisesti ja eivät reagoineet nuorten esittämiin huoliin asiaan kuuluvasti.

Paavilainen ja Pösö (2003, 15) viittaavat lapsiin kohdistuvan väkivallan olevan lapsen kaltoin-kohtelua ja lapsen pahoinpitelyä. Näitä kahta sanaa pidetään synonyymeina toisilleen. Sen sijaan lapsen (hoidon) laiminlyönti tarkoittaa lapsen psykososiaalisten ja emotionaalisten tarpeiden huomiotta jättämistä ja esimerkiksi ravinnon saannin rajoittamista tai estämistä. Karkeasti ottaen lapseen kohdistuvan väkivallan teon voidaan määritellä olevan lapsen kaltoin-kohtelua. Kirjoituksista tuli sellainen vaikutelma, etteivät päihdeongelmaiset vanhemmat välttämättä ymmärtäneet, mikä olisi nuoren parhaaksi. Kirjoitusten perusteella arvelen, että vanhemmat eivät kyenneet ylläpitämään omaa tai lapsensa hyvinvointia, vaikka todennäköisesti toimivat parhaakseen katsomalla tavalla. On mahdollista, että osa vanhemmista käyttäytyi tarkoituksella väkivaltaisesti nuorta kohtaan. Joissakin tarinoissa nuori antoi ymmärtää näin tapahtuvan.

Nuorten kertomuksissa korostui vastuun tunteminen omasta perheestä, sen arjesta ja etenkin päihtyneestä vanhemmasta. Haverfield & Theiss (2014) esittävät, että päihdeperheessä vanhempien ja lasten rooli vaihtuu, sillä vanhempi ei kykene huolehtimaan perheen arjesta. En kuitenkaan aiemmin ollut törmännyt tutkimustiedossa nuoren vastuuttamiseen ja hänen syyllistämiseen liittyen perheasioihin. Sitä asiaa puitiin aineistossa jonkin verran. Tuli vaikutelma, että vanhempi siirsi nuorelle oman vastuun asioista, joiden hoitaminen olisi kuulunut vanhemmalle. Vanhempi saattoi myös syyttää nuorta vanhemman omista ongelmista. Ei ole siis mikään ihme, että nuoret kokivat kärsivänsä syyllisyyden tunnosta ja häpeästä. Vastuu arjesta kuuluu normaalisti vanhemmalle. Kivitie-Kallio & Autti-Rämö (2012) kertovat, että päihdeperheessä vanhemman toimintakyky laskee päihdyttävän aineen myötä ja se vaikuttaa arjen hallintaan ja lapsen perushoitoon negatiivisesti. Myös tämän opinnäytetyön perusteella voidaan sanoa päihdeperheiden arjen todellakin kaaostuvan ja roolien kääntyvän pääläelleen.

Aineistossa esiintyi paljon tekstiä, jossa nuori kertoi, että häntä vastuutettiin huolehtimaan arjesta ja perheestä. Rivien välistä pystyi tulkitsemaan nuorten ajattelevan: mitä minä voisin tehdä toisin, että minun, vanhemman ja meidän perheen elämä voisi olla helpompaa? Nuoret pohtivat kirjoituksissaan paljon sitä, millä tavalla he voisivat vaikuttaa sujuvampaan arkeen perheessä. Kuitenkaan nuoret eivät saaneet toimia hyvinvointinsa eteen parhaaksi katsomallaan tavalla, sillä vanhemmat kielsivät heitä tekemästä niin. Nuorille oli syntynyt vanhempien käytöksestä sellainen tunne, ettei kukaan auttava taho edes usko heitä eikä ketään edes kiinnosta heidän ongelmat. Tämä luonnollisesti vaikeuttaa avun hakemista. Siksi pidänkin Varjomailman kaltaista palvelua tärkeänä paikkana saada tukea ja apua tähän vaiettuun ongelmaan.

Nuoret pohtivat normaalin elämän ominaisuuksia. Asiaan havahtuminen voi viitata siihen, etteivät Varjomailman nuoret tiedä, minkälaista tavallinen arki on. Sekä nuoret että päihdettä

käyttävät vanhemmat pyrkivät salaamaan perheessä olevia asioita. Nuoret kokivat vanhemman päihteiden käytöstä ahdistusta ja pyrkivät etsimään siihen ratkaisua. Kertomuksista oli tulkittavissa, että vanhempi saattoi niin sanotusti juoda omia murheita kurkusta alas. Kun sekä nuoret että vanhemmat pyrkivät vaikenemaan asioista, seurasi varsinainen ongelma-
vyvyhti. Aineistosta nousi esille se, että nuoret päättivät hakeutua Varjomaailmaan puhumaan asioista ulkopuolisille aikuisille. Tämä johtui nuorille muodostuneesta ahdistuksen tunteesta, joka oli syntynyt vuosien vaikenemisesta. Kirjoituksista on tulkittavissa, että Varjomaailman nuoret olivat aikuisenkipeitä lapsia. He pyrkivät hakemaan korvia, tukea ja empatiaa perheen ulkopuolisilta aikuisilta. Tämä lieneekin lähes pakollista ottaen huomioon, kuinka vakavissa kotiolioissa osa nuorista eli.

Oletan tekstien perusteella, että Varjomaailman nuoret elivät ihan tavallista elämää ulkopuolisten silmissä. Nuoret pohtivat kuitenkin tavanomaisien asioiden lisäksi paljon tematiikkaa liittyen päihdeperheessä elämiseen. Nuoret kärsivät paljon mielialahäiriöistä. Jokainen kuu-
desta nuoresta kärsi ainakin jonkinasteisesta masennuksesta ja ahdistuksesta. On tulkittavissa, että Varjomaailmassa kirjoittaneille nuorille oli syntynyt päihdeperheessä elämisestä trauma-
voja. Vanhemman päihteiden käyttö pelotti nuoria ja nuoret antoivat ymmärtää eläneensä lähestulkoon aina päihdeperheessä. Strandholmin ja Rannan (2013, 17, 25, 28) mukaan ahdistus liitetään usein pelon tunteeseen, mikä voi aiheutua ympäristötekijöistä. Heidän mukaansa ahdistuksen riskiä lisäävät ainakin kiintymyssuhteen turvattomuus, trauma- ja stressi-
kokemukset sekä turvattomuutta aiheuttavat toimintatavat tai kokemukset. He mainitsevat yhdeksi ympäristötekijäksi perheenjäsenen alkoholin käytön, joka aiheuttaa nuorelle turvattomuutta ja hylkäämiskokemuksia. Tästä voi seurata kakkostyyppin trauma, joka tarkoittaa toistuvia ja pitkäaikaisia traumakokemuksia.

Varjomaailman nuoret elivät lähes päivittäin omien sanojensa mukaan ahdistavassa elämäntilanteessa. Mielialaoireilun lisäksi on suorastaan ihmeellistä, että he olivat löytäneet hyviä stressinsietomenetelmiä. Kuntoilun, lemmikkieläinten hoitamisen, kirjoittamisen, musiikin kuuntelun, puhumisen ja seurakunnan toimintaan osallistumisen lisäksi nuoret käyttivät myös meditointia rauhoittumisen välineenä. Meditointi on noussut viimeaikoina keskusteluun mediassa ja ylipäänsä ihmisten keskuudessa. Meditointi on yksi ahdistusta laukaiseva apukeino myös Varjomaailman nuorten mukaan. Ehkä tulevaisuudessa meditointi jopa yleistyy ja leviää yhä enemmän myös päihdeperheissä elävien keskuuteen rauhoittumisen apukeinoksi.

9.3 Varjomaailman ryhmien toiminnasta ja sen tarpeellisuudesta

Opinnäytetyön aineisto oli laaja ja se sisälsi suurimmilta osin kirjoituksia nuorilta. Varjomaailman toiminnan tavoitteita olivat luottamuksellisen keskustelun myötä tunneilmaisun tukeminen ja ryhmäytytys, nuorten tilannekartoitus sekä palvelunohjaus. Aineiston perusteella voidaan päätellä, että tavoitteisiin päästiin. Lisäksi pohdin paljon Varjomaailman toiminnan vaikuttavuutta ja mahdollisuutta auttaa nuoria, jotka olivat eläneet vanhemman päihdeiden käytön kanssa jopa vuosia. Varjomaailman vaikutus nuoriin oli yksinkertaisen tehokas: nuori alkoi puhua asioistaan ja hänen elämäänsä koskevat ongelmat alkoivat pikkuhiljaa aueta.

Tavoitteista ensimmäinen eli luottamuksellisen keskustelun myötä syntyvä tunneilmaisuus oli tavoitteiden kivijalka, jota ilman ei olisi Varjomaailman toiminnalla ollut mielestäni mitään todennäköisyyttä onnistua. Varjomaailman asiakaskunta on harkiten luottava ihmisryhmä, joka ei puhu asioitaan ulkopuolisille kovin herkästi. Luottamista palveluun ja siellä oleviin ihmisiin lisäsi todennäköisesti ryhmän säännöt ja salassapitovelvollisuutta koskeva sopimus, johon sitoutuivat kaikki keskusteluihin osallistujat. Ei voida myöskään vähätellä Varjomaailman toimintaympäristöä sekä välittämistä esiin tuovia ammattitaitoisia ohjaajia.

Varjomaailmassa keskusteltiin nuorten kanssa vanhemman päihdeongelmaan liittyvien asioiden lisäksi monenlaisista asioista. Teksteistä sai sellaisen vaikutelman, että Varjomaailman ryhmää pidettiin ikään kuin vuorovaikutteisena päiväkirjana. Rahikka (2013, 79) mainitsee verkkoauttamisen olevan vuorovaikutteisista. Ajatus vuorovaikutteisesta päiväkirjasta muodostui minulle siitä, että nuoret kertoivat avoimesti ajatuksistaan, tunteistaan ja kokemuksistaan, ja odottivat vastauksia omille viesteilleen. Kertomukset olivat henkilökohtaisia ja sisälsivät paljon tietoa nuorten elämästä. Nuorille ei tuntunut olevan vaikeaa kertoa omista asioistaan Varjomaailmassa, vaikka oli tilanteita, joista nuori ei mielellään olisi puhunut. Syynä tähän tulkitsin olevan lukijoiden reaktion pelkäämisen ja mahdollisen pelon liittyen lastensuojelun puuttumisesta tilanteeseen.

Aineiston perusteella näyttää siltä, että nuoret kokevat netin luontevaksi ympäristöksi kertoa asioista. Varjomaailma toimii hyvin ympäristönä puhua vanhemman päihdeongelman aiheuttamista haitoista nuoren näkökulmasta. Varjomaailman konsepti oli toimiva ja yksinkertainen. Sillä näytti olevan suuri vaikutus nuoriin ja heidän hyvinvointinsa tukemiseen. Tunneilmaisun mahdollistamisen myötä nuorten kokema taakka helpottui ja nuori saattoi löytää uusia keinoja hyvinvointinsa tukemiseksi. Lisäksi pelkkä ohjaajien olemassaolo oli joillekin nuorille äärimmäisen tärkeää oman jaksamisensa kannalta. Usein nuoret antoivat puheissa ymmärtää, että heillä oli hyvin vähän jos ollenkaan luotettavia aikuisia ympärillään. Kaikki nuoret eivät kuitenkaan tuntuneet osaavan ajatella, että Varjomaailmasta saa oikeaa apua omaan elämäntilanteeseensa. Joissakin tapauksissa Varjomaailman tarjoama konkreettinen apu tyrmistytti

nuoren. Osa nuorista tosin sanoen piti Varjomaailman palvelua keskusteluapuna enemmän kuin konkreettisen avun saamispaikkana.

Nettikeskusteluita tulkittaessa tuli vaikutelma siitä, että asiakkaan kuuntelu on täysin erilailla mahdollista kuin kasvokkaisessa vuorovaikutuksessa. Myös Rahikka (2013, 98-99) viittaa tutkimuksessaan siihen, että vaikka verkkoauttaminen on yleensä tekstuaalista, koetaan se myös empaattisena kuuntelemisena, jota ohjaa vuorovaikutuksesta tehty tulkinnt. Varjomaailman ohjaajilla oli mahdollisuus keskittyä paremmin nuorten kirjoituksiin ja tarvittaessa vaikka palata viesteihin. Ohjaajat pyrkivät Rahikan kuvaamalla tavalla antamaan tilaa ja mahdollisuutta nähdä nuoren ainutlaatuisuutta. Tämä lieneekin juuri Varjomaailman vahvuuksia; nuoreen on mahdollista luoda erittäin lämmin ja välittävä suhde, joka muistuttaa tunnemaailmataan samaa kuin mitä sellainen voisi olla kasvokkaisessa vuorovaikutuksessa. Kaiken kaikkiaan Varjomaailman ohjaajien toiminta vaikutti siltä, kuin he olisivat aidosti välittäneet nuorista. Ohjaajat kysyivät nuorilta usein, miltä mikäkin asia nuoresta tuntuu ja mitä ajatuksia asiat herättävät. Nuoria tuettiin siis puhumaan avoimesti tunteista ja ajatuksista. Heitä autettiin kunnioittaen heidän yksilöllisyyttään ja omia tarpeitaan.

Vuorovaikutus ohjaajien ja nuorten välillä oli dialogista. Mönkkösen (2007, 86-101) mukaan dialogissa pyritään yhteisymmärrykseen ja sen rakentaminen edellyttää luottamusta. Shotter (1993) (ks. Mönkkönen 2007, 92) kuvaa dialogia jaettuna ymmärryksenä, jossa sen osapuolet neuvottelevat asioista tasavertaisesti. Mönkkönen jatkaa ajatusta siten, että dialogissa olennaista on ammattilaisen näkökulmasta juuri tuntemattomalle vedelle lähteminen. Ammattilaisen tulee kohdata vuorovaikutuksessa tilanne, jossa vain yhdessä toisen osapuolen kanssa saadaan ratkaisu aikaan. Ammattilaisen vaikutus asiakassuhteessa on siten vastuullinen ja ohjaava, mutta tilaa antava. Dialogisuus Varjomaailman keskusteluissa lienee yksi tärkeimpiä elementtejä luottamuksellisen ja positiivisen ympäristön mahdollistamisessa. Ohjaajat pyrkivät auttamaan oman substanssi- ja vuorovaikutusosaamisensa avulla, mutta heillä oli välittävä ja aidosti kuunteleva asenne. Ratkaisuja nuorten elämiä koskien pyrittiin tekemään yhdessä nuoren kanssa eikä ammattilaisen ehdoilla.

Rahikan (2013, 75-84) tekemän tutkimuksen mukaan verkkoauttamisen ominaispiirteitä ovat matala kynnys, ehkäisevän työn mahdollistaminen ja polku avun piiriin. Matalan kynnyksen ominaisuuteen Rahikan mukaan kuuluvat kuuntelu, neuvonta ja rohkaisu. Siihen kuuluu ajasta ja paikasta riippumaton palvelu, jonka avulla ihmisiä on mahdollista neuvoa eteenpäin. Siihen kuului myös asioiminen kirjallisesti, joka osalle ihmisistä on helpompaa kuin puhuminen. Nämä matalan kynnyksen ominaisuudet näkyivät myös Varjomaailman toiminnassa. Niin ohjaajat kuin toiset nuoret kuuntelivat toistensa tarinoita sekä neuvoivat ja rohkaisivat toisia.

Vastuu näistä oli tietenkin ohjaajilla, mutta vertaisryhmän vuoksi näitä toteuttivat myös vertaiset. Asioiden kertominen kirjallisesti näytti olevan helppoa. Vuorovaikutusta helpotti molempinpuolinen ajasta ja paikasta riippumaton viestittely.

Ehkäisevän työn piirteeseen Rahikka (2013, 78-81) mainitsee kuuluvan verkkoauttamiseen haakeutumisen ennen varsinaista auttamisen tarvetta. Verkko toimii siten reflektiopintana, joka mahdollistaa omien asioiden analysoinnin. Muita piirteitä ovat muun muassa anonyymius, joka edesauttaa asioista puhumisen ohella työntekijän ja asiakkaan tasavertaista vuorovaikutusta. Ennaltaehkäisevyys ei kuitenkaan aina toimi oletetusti, sillä verkkoauttamiseen kuuluu myös ennakoimattomuutta. Työntekijät eivät voi tietää etukäteen, minkä tyyppisiä viestejä keskusteluissa tulee. Verkkoauttaminen edellyttää siis myös kriisityöskentelyä ja siihen liittyvää erityistä ammatillista osaamista. Varjomaailman autettavaksi nuoret hakivat tietyssä perspektiivissä tarkasteltuna ajoissa, joskin toisaalta heidän ongelmansa olivat jo osittain kerenneet kumuloitumaan. Varjomaailman apu oli sekä ennaltaehkäisevää että korjaavaa. Hallitakseen nämä kaksi työn ulottuvuutta, ohjaajilla tulee olla vankka ammattitaito. Varjomaailmassa viestit saattoivat sisältää akuutteihinkin kriiseihin liittyviä asioita. Tällöin ohjaajat pyrkivät ohjaamaan nuoren konkreettisen akuutin avun piiriin.

Rahikan (2013, 81-82) mukaan verkko toimii polkuna avun piiriin. Hänen mukaansa palveluista haetaan tietoa, neuvontaa, ohjausta ja vertaistukea. Verkkopalvelut koetaan täydentävinä palveluina konkreettisten palveluiden ohelle. Lisäksi ne voivat opastaa ihmisiä eteenpäin konkreettisen avun piiriin. Varjomaailman toiminnan tavoitteisiin kuului tilannekartoitus ja konkreettinen palvelunohjaus. Jokaisen nuoren elämäntilannetta kartoitettiin laajasti tehtävien ja vapaan keskustelun muodoissa. Nuorilta kyseltiin paljon eri asioista. Suurimpaan osaan kysymyksistä nuoret vastasivatkin. Tilannekartoituksen pohjalta nuorille pohdittiin erilaisia palveluvaihtoehtoja, jotka esitettiin nuorille aina henkilökohtaisesti. Palvelunohjausprosessit olivat pitkiä ja osa niistä jäi kesken, joten tarkkoja tuloksia konkreettisen avun saamisesta ei aineistosta selviä.

Koska verkkoauttaminen on anonyymiä, se voi olla helpompi keino päästä kosketuksiin vaikeiden asioiden kanssa (Huuskonen 2010; Heikkonen & Ylönen 2010; Granholm 2010). Heltonin (2003) mukaan (ks. Rahikka 2013, 97) ihmiset paljastavat itsestään herkemmin itselleen arkoja ja merkityksellisiä asioita internetissä. Opinnäytetyöni aineisto todensi verkon olevan mutkaton väylä puhua vaikeista asioista. Varjomaailma vaikutti olevan päihdeperheiden nuorille juuri oikea paikka saada apua ja puhua omista tunteistaan. Minulle jäi vaikutelma, että verkossa pystyi paremmin puuttumaan nuorten huolestuttaviin elämäntilanteisiin. Vaikka osa nuorista olikin Varjomaailman toiminnassa mukana ikään kuin kannattelussa, heille pyrittiin löytämään konkreettisia palveluita, jotka tukivat heidän elämäntilanteita. Tämä johtui siitä,

että Varjomaailma toimi nuorille eteenpäin saattajana ja pulmakohtien avaajana. Varjomaailman tavoitteet ja niiden mukainen toiminta lienee suunniteltu juuri sitä varten, että nuoret alkaisivat saada apua omassa elämässään. Vaikka Varjomaailman toiminta näyttää saavan terapeuttisia piirteitä, on syvällisen avun antaminen verkkomaailmassa kuitenkin mielestäni kohtalaisen haastavaa. Kasvokkaisen avun tarpeellisuudesta ei voida mielestäni kiistellä, mutta verkkoauttaminen toimii hyvin sen rinnalla.

Nuorten kokemat ongelmat alkoivat purkautumaan ryhmässäoloaikana, kun heidän elämäntilanteensa alkoi selvetä ohjaajille. Varjomaailman ohjaajat veivät nuorten asioita eteenpäin tilannearvioiden jälkeen. Mielestäni Varjomaailman toiminnan tavoitteet sopivat kohderyhmälle hyvin juuri tästä syystä. Päihdeperheessä olevien lasten elinolot ovat yleensä mysteeri, koska perheessä olevia asioita pidetään salaisuuksina. Varjomaailman ryhmän aikana nuoret avautuvat luotettavalle aikuiselle, jolloin pystytään auttamaan nuoria huomioiden kunkin nuoren yksilölliset ominaisuudet ja elämäntilanteet. Ilman tällaista taustaselvitystä ja ohjausta eteenpäin, ongelmat herkästi kasautuvat ja muuttuvat pahemmiksi. Usein päihdeongelma nimittäin liittyy syrjäytymiseen ja se taas kietoutuu monenlaiseen muuhunkin huono-osaisuuteen (Lund 2006, 9). Jos vanhemmalla on päihdeongelma, on huono-osaisuuden ylisukupolvinen siirtyminen mahdollista ja jopa todennäköistä. Koska Suomessa käytetään runsaasti alkoholia, on Varjomaailman kaltaisille palveluille todellakin tarvetta.

Vaikuttaa siltä, että päihdeongelmaisissa perheissä on oma ja tavanomaisesta poikkeava toimintakulttuurinsa. Perheenjäsenet toimivat tahtomattaankin samalla tavalla. Tämä näkyy esimerkiksi siinä, miten asioista ja ongelmista vaietaan sukupolvelta toiselle. Varjomaailman toiminnan kirjoittamaton tavoite eli puhumaan tukeminen näyttäytyi ohjaajien kirjoituksissa vahvasti. Koska päihdeongelmaisissa perheissä useimmiten vaietaan asioista, on Varjomaailman asiakkaiksi tulevien nuorten tärkeimpiä tavoitteita löytää elämässä edes yksi luotettava henkilö, jonka kanssa puhua asioista.

9.4 Varjomaailman ryhmien kehittämisestä

Varjomaailman ryhmien yksi ominaisuus on niiden lyhytkestoisuus. Kolmessa kuukaudessa ehditään kyllä auttaa nuoria, mutta näiden nuorten ongelmat ovat usein monisyisiä eli niiden ratkominen vie aikaa. Nuoret käyvät ryhmissä läpi monimutkaisia prosesseja. Prosessit voivat viedä paljon enemmän aikaa, kuin mitä yhdessä ryhmässä sitä on. Siten osa nuorista oli ollut kannattelussa joidenkin ryhmien ajan. Haasteena on löytää pitkäaikaista tukea ja apua näille nuorille, sillä Varjomaailma ei kykene sitä varsinaisesti tarjoamaan.

Varjomaaailman nuorista suurin osa keskusteli koko ryhmän ajan. Osa nuorista kuitenkin lähti kesken prosessin pois tai ei ainakaan vastannut ohjaajien lähettämiin viesteihin. Siten yksi Varjomaaailman haaste onkin saada todella autettua nuoria, jotka tarvitsevat apua tilanteeseensa. On jo kynnyks kirjautua Varjomaaailman suljetun ryhmän toimintaan mukaan. Siksi on tärkeää saada sellainen toiminta ja tunne aikaan, että nuoret kokevat saavansa apua sellaisella tavalla, joka ei ole nuorten näkökulmasta liian päällekkäystä tai ahdistavaa. Aineistosta käy ilmi, että nuoret osallistuisivat mielellään ryhmiin myös täytettyään 18 vuotta. Siten Varjomaaailman kaltaista toimintaa voisi tarjota myös aikuisuuden kynnyksellä olevillekin nuorille aikuisille.

Tutkimani ryhmän aikana sattui kerran tekninen ongelma; Varjomaaailman etusivu kaatui. Ongelma ei kuitenkaan näkynyt tällä kertaa Varjomaaailman suljetun ryhmän toiminnassa, vaan siellä pystyttiin keskustelemaan tavanomaiseen tapaan. Tekniset ongelmat ovat kuitenkin myös mahdollisia Varjomaaailman suljetun ryhmän toiminnassa. Varjofoorumien teknisten ominaisuuksien kehittäminen näyttää siten olevan myös yksi kehittämisulottuvuus. Koska aihepiiri on niin raskas ja vaikea, voi kotona ahdistuneena olevan nuoren ahdistus lisääntyä entisestään, jos forumi ei toimi teknisten ongelmien vuoksi. On kuitenkin ymmärrettävää, että välillä tekniikka ei toimi kuten olettaa saattaa. Näitä tilanteita varten olisi hyvä, että nuorella on joku varasuunnitelma joka voidaan laatia nuoren kanssa henkilökohtaisesti, jotta hän kokee tulevansa täysin autetuksi Varjomaaailman toimesta.

Varjofoorumilta ilmenee, että nuori saa apua ja tukea tarpeensa mukaan jopa runsaasti. Aineistosta ilmenee, että ohjaajien resurssit käydä vastaamassa Varjomaaailmassa ovat vähäisemmät, kuin mitä osa nuorista toivoo. Varjomaaailma sisälsi myös tietoa akuutin avun saamisen paikoista. Tämä ei näytä kuitenkaan joka tilanteessa olevan riittävää. Varjomaaailmassa käsitellään niin ahdistavia asioita, että osa nuorista kokee välittömän avun Varjomaailmasta olevan tarpeellista. Lisäksi vaikutti siltä, että nuoret muodostivat luottamussuhteen Varjomaaailman ohjaajiin. Tällöin avun hakeminen Varjomaaailman ulkopuolelta voi olla hankalampaa. Ideaalisinta olisi, jos Varjomaaailman kaltaista palvelua saisi hyödyntää myös ja oikeastaan etenkin iltaisin, viikonloppuisin ja öisin, jolloin vanhemman päihteiden käyttö on runsainta ja jolloin haitat voidaan kokea voimakkaimpina.

Aineistosta ilmenee, että varjofoorumilla olleisiin verkkopalveluita koskeviin kehittämiskyselyihin ei oltu vastattu, eikä niihin liittyviä keskusteluja oltu avattu kuin muutaman kerran. Myös tietoiskut ja osa viikkotehtäväketjuista oli sellaisia, joihin ei oltu vastattu tai keskustelua avattu kuin muutaman kerran. Viikkotehtävistä tunnettehtävät ”rakkaus” ja ”viha” eivät sisältäneet yhtään vastausta nuorilta. Samoin osa nuorista ei vastannut tulevaisuuden muistelu -tehtävään, joka annettiin nuoren omassa huoneessa heti alkajaisiksi. Nuorille näyttää olevan vaikeaa puhua surusta ja rakkaudesta. Todennäköisesti nämä kaksi tunnetta kulkevat

Varjomaaailman nuorilla niin käsi kädessä, että niitä on vaikea erottaa. Tulevaisuuden muisteluun liittyvä tehtävä taas oli mielestäni selkeä tehtävä, joka rajaa ryhmän kestoltaankin sel-laiseksi, että nuori pystyy sitä käsittelemään. Vaikka osa nuorista ei vastannutkaan tähän teh-tävään, on se sisällöllisesti Varjomaaailman toimintaan sopiva, sillä sen avulla määritellään nuoren omia tavoitteita.

Kaiken kaikkiaan vaikutti siltä, että nuorille tehdyt viikkotehtävät olivat huomattavasti vä-hemmän suosittuja kuin nuorten omat huoneet. Mikäli viikkotehtäviä halutaan Varjomaaailman ryhmien toiminnassa ylläpitää, voidaan niiden sisällöt upottaa nuorten omien huoneiden kes-kusteluihin. Ehkä sillä tavalla nuorten saattaa olla helpompi vastata. Nuoret näyttivät puhu-van avoimesti omissa huoneissaan ja vastailevan hyvin ohjaajien esittämiin kysymyksiin. Toi-saalta voidaan pohtia, ovatko viikkotehtävät tarpeellisia, sillä Varjomaaailman toiminnassa juuri nuorten omat huoneet olivat suosituimpia, ja niissä nuoret kertoivat asioita mielellään avoimesti.

10 Pohdinta

Opinnäytetyöni aineisto koostui noin 500 sivusta analysoitavaa tekstiä. Analysointiprosessi oli työllistävä, vaikei aineisto sisältänytkään chat-keskusteluita, joiden mahdollinen tutkiminen olisi voinut antaa lisäarvoa keskusteluille. Aina kun chat-keskustelu oli käyty, huomasin nuor-ten ja ohjaajien sopineen tietyistä asioista keskenään. Lisäksi chateissa oli mitä ilmeisemmin tehty lisätilannekartoitusta ja palvelunohjausta. Itselleni jäi ulkopuolisena lukijana vaiku-telma, että chatit olivat lisänneet nuorten keskinäistä verkostoitumista ja edesauttaneet ta-voitteiden konkreettista toteutumista. Lisäksi olisi ollut kiinnostavaa päästä käsiksi reaaliai-kaiseen Varjomaaailmassa käytävään keskusteluun. Foorumilla alun perin olleiden hymiöiden puuttuminen ei häirinnyt analyysin tekemistä. Oikeastaan saattoi olla niin, että jouduin enemmän tulkitsemaan viestien sisältöä ja niiden tunnelatauksia kun analyysini aikana käytös-säni ei ollut kuin pelkkää tekstiä.

Opinnäytetyöni aineistossa esiintyi runsaasti väkivaltaa. Paavilaisen ja Pösön (2003, 39-42) mukaan väkivallan kokeminen ja näkeminen vaikeuttaa myöhemmässä elämässä lapselle elä-mänhallinnan ongelmia. Se näyttää myös lisäävän yksilön omaa väkivaltaisuutta sekä epäso-siaalista ja rikollista käytöstä. Yksilöä suojaavia ominaisuuksia ovat ainakin valmiudet selviytyä vaikeista tilanteista sekä luotettava ja turvallinen ihmissuhde toiseen ihmiseen. On mah-do-tonta arvioida, millä tavalla tutkimani ryhmän nuoret käyttäytyvät myöhemmässä elämässä. Aineistossa oli viitteitä osalle nuorista muodostuneeseen aggressiivisuuteen, mutta toisaalta osa nuorista taisteli sitkeästi vaikeassa elämäntilanteessa eteenpäin. Perheväkivalta on kai-kesta huolimatta suuri riski nuorelle ja hänen tulevaisuudelleen. Siksi päihdeongelmaisten

perheiden lasten elämiin tulisi pystyä puuttumaan aiempaa herkemmin ja aiemmin. Käytännössä tämä on kuitenkin vaikeaa päihdeongelman ollessa tabu perheessä.

Tässä opinnäytetyössäni tutkin Varjomaailman toimintaa ulkopuolisena ihmisenä. Varjomaailman auttamisen yksi tavoitteista oli palvelunohjaus. Se toteutui mielestäni hyvin, joskin kuten aiemmin olenkin maininnut, nuorten omat avunsaannin prosessit jäivät kesken. En siis tekstien lukijana tiedä, miten nuorille loppujen lopuksi kävi. Jatkotutkimusaiheena voisikin olla Varjomaailman ryhmissä olleiden nuorten kokemukset. Minua kiinnostaisi tietää, millä tavalla nuoret itse ovat kokeneet saaneensa apua omaan tilanteeseensa Varjomaailmasta. Lisäksi kiinnostaisi tietää, millä tavalla Varjomaailman apu on vaikuttanut heidän ajatuksiinsa, tunteisiinsa ja asenteisiinsa vanhemman päihdeongelmaan liittyen. Lisäksi voisi selvittää, millä tavalla Varjomaailman ryhmien toiminta tukee nuorten elämänhallintaa ja tulevaisuutta.

Varjomaailman keskusteluissa käydään jatkuvaa köydenvetoa siitä, mikä auttaa nuoria. Nuoret ymmärtävät oman tilanteensa, mutta kokevat usein olevansa puun ja kuoren välissä. Varjomaailman tukemana nuorella on mahdollisuus löytää uutta voimaa itsestään ja saada oikeasti apua perheen tilanteeseen. Jotkut Varjomaailman nuorista pohtivatkin keskusteluissa oman onnen ja hyvinvoinnin tärkeyttä. Nuorelle voi olla kova paikka huomata, ettei vanhemman päihdeongelmaan pysty vaikuttamaan muut kuin itse vanhempi. Aikuisten alkoholistien vertaistukiryhmissä puhutaankin usein voimattomuuden tunteesta ja kykenemättömyydestä vaikuttaa vanhempaan sinäkin päivänä. Varjomaailman tuki on tärkeä alkuaskel oman hyvinvoinnin arvostamiselle ja vastuukysymysten pohtimiseen. Tie on kuitenkin vasta alussa ja kestää läpi elämän.

Opinnäytetyöprosessi on ollut minulle raskas ja työllistävä. Itseäni jäi mietityttämään päihdeongelman sivullisten uhrien hyvinvointi ja tulevaisuus. Huomasin nopeasti, kuinka tunteita herättävän aiheen äärellä olinka. Vuoden 2015 keväällä tuli Yleltä kuusiosainen dokumentti-projekti ”Pullopastia lapsuudesta”. Sarjassa kuusi aikuista alkoholistin lasta kertoi kokemuksestaan, ajatuksistaan ja tunteistaan liittyen vanhemman päihdeongelman kanssa elämiseen. Sarjassa puhuttiin paljon nimenomaan vanhemman päihdeongelman herättämistä tunteista. Kun peilaan sarjaa lukemaani aineistoon Varjomaailmasta, huomaan paljon yhtäläisyyksiä. Sarjassa olleet aikuiset muistivat useita lapsuudessa tapahtuneita asioita. Muistot olivat pinttyneet heidän mieliinsä ja niihin liittyvät tunteet elivät vahvasti mukana arjessakin. Sarjasta pystyi päättelemään, että aikuisille alkoholistien lapsille oli jäänyt pysyviä toimintakyvyn muutoksia. Vanhemman päihdeongelman sivusta seuraaminen oli vaikeuttanut heidän elämässä pärjäämistä ja suhdetta itseän sekä muihin ihmisiin. Myös omakohtaisena kokemuksena voin todeta, että se vaikuttaa elämääni tahtomattakin. Ilman kokemusteni käsittelyä elämäni saattaisi olla tälläkin hetkellä vaikeaa. Vaikka vanhemman päihdeongelma voi traumatisoida

ja aiheuttaa poikkeavuuksia toimintakyvyssä, voi se olla myös ase, jonka voimalla voi jaksaa elämässä.

Omakohhtaisen kokemuksen vuoksi jouduin työstämään Varjomaailmasta saatua aineistoa eri tavalla kuin sellainen ihminen, jolla ei ole mitään kosketuspintaa ilmiöön. Aineistoa käsitellessäni jouduin aika ajoin pysähtymään, jotta tunteeni eivät vaikuttaisi analyysiin. Siitä johduinkin ehkä aineiston käsittelyn pitkäkestoisuus. Toki aineiston laajuuskin vaikutti, mutta myöskään sen käsittely ei ollut helppoa. Pyrin joka kerta aineistoa työstäessäni katsomaan sitä ikään kuin en olisi ikinä kuullutkaan aiheesta. Huomasin kuitenkin aina pysähtyväni juuri sen sisällön äärelle, mikä oli edessäni. Siksi en pidä todennäköisenä, että tutkimustuloksissa olisi vääristymää.

Opinnäytetyön aineistossa ilmeni, että nuoret eivät luottaneet heitä lähellä oleviin niin sanottuihin matalan kynnyksen viranomaisiin. Koulussa olevia viranomaisia boikotoitiin monesta erisyystä. Koulussa oleva opettaja saattoi olla nuoren kokemuksen mukaan ihan eri aaltopituudella kuin hän itse. Kouluterveydenhoitaja taas ei ollut nuorten kertoman mukaan juuri koskaan paikalla. Muun muassa näistä syistä omista ongelmista kertominen ulkopuoliselle voi olla nuorelle erittäin vaikeaa. Lisäksi aineistossa esitettiin kritiikkiä psykologeja kohtaan. Joillakin nuorilla oli kokemusta siitä, että psykologi oli vähätellyt nuoren ongelmia tai ei ollut kohdannut nuorta tarpeeksi sensitiivisesti.

Itäpuiston (2013) tekemän tutkimuksen mukaan päihdeperheissä olevat lapset eivät saa lainmukaista tukitarpeen selvitystä osakseen, puhumattakaan heidän auttamisesta, tukemisesta ja hoidosta. Tutkimuksesta käy ilmi, että lapsinäkökulmaisuutta ei edelleenkään oteta riittävästi huomioon osana vanhemman päihdekuntoutusta. Koska vanhempien päihdekuntoutuksen resurssit ja huomio ei ole ainakaan alaikäisten perheenjäsenien auttamisessa, olisi tärkeää kohdistaa tälle ihmisryhmälle riittäviä tukitoimia toisella tavalla. Voisiko ajatella, että nuorille perustettaisiin omia matalan kynnyksen palvelupisteitä, joissa heidän elämäntilanteensa kartoittaminen ja heidän auttaminen olisi mahdollista?

Kuten Itäpuisto ja Selin (2013, 139) sanovat, päihdeongelman sivullisten uhrien kokemuksista ja avuntarpeista on tehty hyvin vähän tutkimuksia. Samassa artikkelissa viitataan päihdehuollon palvelujen järjestäjään, joka on ensi kädessä kunta. Päihdehuoltolaissa (1986, 6§) ja lastensuojelulaissa (2007, 27§) veloitetaan selkeästi huolehtimaan lapsen hyvinvoinnista kun vanhemmalla on päihteiden suhteen ongelma. Tämä herättää kysymyksen, miksi kunnallisia palveluita vanhemman päihdeongelmasta kärsivien nuorten auttamiseksi ei ole. Päihdeongelman laajuutta tarkastellessa tulee väistämättäkin mieleen, että avun tarvitsijoita on runsaasti ja useammilla heillä ei ole mihinkään viranomaisverkostoon kontaktia, sillä heidät on opetettu pärjäämään omillaan.

Hyytinen (2007, 21-31) puhuu tutkimuksessaan lapsen todellistumisesta päihdeperheen kuntoutusprosessissa. Hän viittaa usean eri lähteaineiston perusteella siihen, että lapsen asema päihdeperheessä on hajanainen. Lasta ei huomioida hänen mukaansa riittävästi päihdekuntoutuksessa. Nousiaisen (2001) (ks. Hyytinen 2007, 21-31) mukaan päihdeperheen lapsen kanssa työskentelyä vältellään siitä aiheutuvan ahdistavan kokemuksen vuoksi. Varjomaailman toimintaa tarkasteltuani ja useita aiempia tutkimuksia lukeneena koen lapsen kanssa työskenteelyn ehdottoman tärkeäksi ongelmakierteen katkaisemiseksi. Kliseinen sanonta ”lapsissa on tulevaisuus” pätee tässäkin asiassa. Koska kyseessä on vaiettu, monia lapsia koskeva ongelma, tulisi yhteiskuntamme palveluiden vastata tähän huutavaan tarpeeseen. On ilmiselvää mitä seuraa, jos palveluita ei aleta kehittämään. Samat ongelmat jatkavat kulkuaan.

Itäpuisto (2008, 75-78) esittää kritiikkiä päihdeongelmaisissa perheissä elävien lasten kohtaamisesta. Hänen mukaansa palvelujärjestelmämme on luotu aikuislähtöisesti ja palvelemaan aikuisten tarpeita. Lapsilta odotetaan oma-aloitteisuutta ja reippautta omien asioiden esille tuomisessa. Koulun palveluiden ohella myöskään päihdepalvelumme eivät puutu riittävästi lasten tilanteisiin, koska kulttuurissamme on nähty pelkästään päihdettä käyttävällä olevan ongelma. Myös lastensuojelun toimintatavat ovat olleet vahvasti aikuislähtöisiä. Terveystuhoissa taas ei osata ymmärtää yksittäisten oireiden syytä. Kaiken kaikkiaan lasten kanssa työskentelevillä viranomaisilla on riittämättömät tiedot ja kyvyt päihdeongelman sivullisen uhrin auttamiseen.

Onneksi vaikuttaa siltä, että päihdeperheiden lasten tilanteille on alettu oikeasti tekemäänkin jotain. Sosiaali- ja terveysministeriö (2011, 45-65) on laatinut esityksen päihdeongelmaisten vanhempien lasten tukipalvelujen varmistamiseksi. Siinä pääpiirteittäin pyritään yhdistämään lasta ja perhettä auttavat palvelut verkostomaiseksi kokonaisuudeksi, jossa lapsinäkökulmaisuutta on korostettu. Painopistettä on myös kohdennettu ennaltaehkäisevään työhön ja varhaiseen puuttumiseen. Esityksessä otetaan kantaa myös päihdeongelmaisten vanhempien lasten verkkopohjaisiin tukipalveluihin, kuten Varjomaailmaan. Varjomaailman toimintaa toivotaan jatkettavan. Järjestöpohjaisille päihdeongelmaisten vanhempien lasten verkkopalveluille pyritään luomaan pitkäjänteinen rahoitus. Myös kunnallisia palveluita on rohkaistu kehittämään verkkopohjaisia matalan kynnyksen palveluita. Sosiaali- ja terveysministeriön esitys on samassa linjassa uuden sosiaalihuoltolain (1301/2014) kanssa. Siinä palveluiden painopistettä on kohdennettu ennaltaehkäisevään tukeen sekä varhaiseen puuttumiseen ja pyritty luomaan vaatimuksia verkostomaiselle työskentelylle. Sosiaalihuoltolain 24§ mukaan päihdetyössä tulisi olla huomioitu myös päihdeongelman sivullisille uhreille riittävät tukipalvelut. Koska laki on vasta tullut voimaan, jääme odottamaan, mitä tämä käytännössä tarkoittaa.

Päätän tämän opinnäytetyön itselleni ajatuksia herättävään Girsin (2015, 224) runoon:

”Kun kasvaa lapsena kaaoksessa,
oppii herkäksi, oppii sukkuloimaan
tilanteesta toiseen, oppii olemaan
välillä näkymätön, välillä näkyvä kuin
stop-merkki.

Oppii huolehtijaksi, lohduttajaksi,
kiltiksi, välillä oikuttelijaksi,
oppii moneksi, toivotuksi,
joskus jopa vihatuksi.

Aikuisena jonkin sortin kaaos on
tuttua, välillä jopa toivottua.

Odottamatonta kaaosta oppii
varttuessaan pelkäämään.
Pelkäämään välillä jopa niin paljon,
että kun asiat tuntuvat olevan hyvin,
niin muistaa, että hetken päästä ne voivat olla jo toisin.
Sitten itse järjestää kaaoksen, jotta voisi
hallita sitä, koska lapsena siihen ei kyennyt.
- Mikä paradoksi!”

Lähteet

- Ackerman, R. J. 1986. Growing in the shadow. Pompano Beach, FL: Health Communications.
- Dahl & Hirschovits 2007. Tästä on kyse - tietoa päihteistä. 4. Painos. Helsinki: Youth against drugs.
- Dunderfelt, T. 1999. Elämänkaaripsykologia. Lapsen kasvusta yksilön henkiseen kehitykseen. 9.-11. painos. Porvoo: WSOY.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 8. painos. Tampere: Vastapaino.
- Gadamer, H-G. 2004. Hermeneutiikka. Ymmärtäminen tieteissä ja filosofiassa. Suom. I. Nikander. Tampere: Vastapaino.
- Girs, L. 2015. Kehtaa vaan. Books on demand.
- Graber, J.A. (2004) Internalizing Problems During Adolescence. Teoksessa Lerner, R. & Steinberg, L. (toim.) Handbook of Adolescent Psychology. New York: Wiley, 587-619.
- Granholm, C. 2010. Virtuaalinen auttamisympäristö voimaannuttavan vuorovaikutuksen ja sosiaalisen tuen tarjoajana. Teoksessa Pohjola, A., Kääriäinen, A. & Kuusisto-Niemi, S. (toim.) Sosiaalityö, tieto ja teknologia. Jyväskylä: PS-Kustannus, 157-181.
- Hakala, S. & Vesa, J. 2013. Verkkokeskustelut ja sisällön erittely. Teoksessa Laaksonen, S-M., Matikainen, J. & Tikka, M. (toim.) Otteita verkosta. Verkon ja sosiaalisen median tutkimusmenetelmät. Tampere: Vastapaino, 216-244.
- Haverfield, M. C. & Theiss, J. 2014. A theme analysis of online support forums for adult children of alcoholics. Journal of family studies 20 (2), 166-183.
- Heidegger, M. 1927. Being and time. Albany: State university of New York press.
- Heikkonen, H. & Ylönen, K. 2010. Verkkopalveluiden hyödyntäminen sosiaalialan työssä. Teoksessa Pohjola, A., Kääriäinen, A. & Kuusisto-Niemi, S. (toim.) Sosiaalityö, tieto ja teknologia. Jyväskylä: PS-Kustannus, 113-130.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2014. Tutki ja kirjoita. 19. painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Holmila, M., Huhtanen, P., Martikainen, P., Mäkelä, P. & Virtanen, A. 2009. Lasten huoltajien alkoholinkäytön haittojen kehitys. Teoksessa Lammi-Taskula, J., Karvonen, S. & Ahlström, S. (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus, 104-115.
- Holmila, M., Itäpuisto, M. & Ilva, M. 2011. Invisible victims or competent agents: opinions and ways of coping among children aged 12-18 years with problem drinking parents. Drugs: education, prevention and policy 18 (3), 179-186.
- Holmila, M., Raitasalo, K., Autti-Rämö, I. & Notkola, I-L. 2013. Päihdeongelmaisten äitien lapset. Teoksessa Warpenius, K., Holmila, M. & Tigerstedt, C. (toim.) Alkoholit ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Tampere: Terveystieteiden tutkimuskeskus, 36-46.
- Huumauslainlaki 373/2008.
- Hyytinen, R. 2007. Lapsi, huumeperhe ja toivo. Lapsen todellistuminen huumeperheen kuntoutusprosessissa. Licensiaatintyö. Helsingin yliopisto. Helsinki.

Hägglund, T-B., Pylkkänen, K. & Taipale, V. 1978. Nuoruusiän kriisit. Jyväskylä: Gummerus.

Itäpuisto, M. 2005. Kokemuksia alkoholiongelmiaisten vanhempien kanssa eletystä lapsuudesta. Väitöskirja. Kuopion yliopisto. Kuopio.

Itäpuisto, M. 2008. Pullon pohjimmaisat. Lapsi, perhe ja alkoholi. Helsinki: Kirjapaja.

Itäpuisto, M. 2013. Päihdehoidon lapsi- ja vanhemmuussensitiivisyys. Yhteiskuntapolitiikka 78 (5), 533-543.

Itäpuisto, M. & Selin, J. 2013. Miten palvelut vastaavat päihteiden käyttäjän läheisten avuntarpeisiin? Teoksessa Warpenius, K., Holmila, M. & Tigerstedt, C. (toim.) Alkoholi ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Tampere: Terveysten- ja hyvinvoinnin laitos, 138-145.

Juhila, K. 2004. Sosiaalityön vuorovaikutuksen tutkimus. Historiaa ja nykysuuntauksia. Janus 12 (2), 155-183.

Karlsson, T. (toim.) 2009. Suomen alkoholilot 2000-luvun alussa. Kulutus, haitat ja politiikka. Terveysten ja hyvinvoinnin laitoksen raportti 15/2009.

Karlsson, T., Kotovirta, E., Tigerstedt, C. & Warpenius, K. (toim.) Alkoholi Suomessa. Kulutus, haitat ja politiikkatoimet. Raportti 13/2013. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos.

Kivitie-Kallio, S. & Autti-Rämö, I. 2012. Päihteitä käyttävien vanhempien lapsi. Teoksessa Söderholm, A. & Kivitie-Kallio, S. (toim.) Lapsen kaltoinkohtelu. Helsinki: Duodecim, 196-216.

Laaksonen, S-M. & Matikainen, J. 2013. Tutkimuskohteena vuorovaikutus ja keskustelu verkossa. Teoksessa Laaksonen, S-M., Matikainen, J. & Tikka, M. (toim.) Otteita verkosta. Verkon ja sosiaalisen median tutkimusmenetelmät. Tampere: Vastapaino, 193-215.

Laine, T. 2010. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. 3. uudistettu ja täydennetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.

Lund, P. 2006. Torjuttu toivottomuus. Jyväskylä: PS-kustannus.

Marcia, J.E. 1980. Identity in adolescence Teoksessa Adelson, J. (toim.) Handbook of adolescent psychology. New York: Wiley, 159-187.

Matikainen, J. 2008. Verkko kasvattajana. Mitä aikuisen tulisi tietää ja ajatella verkosta. Helsinki: Gaudeamus Helsinki university press.

Mayes, L. & Truman, S. 2002. Substance abuse and parenting. Teoksessa Bornstein, M. (toim.) Handbook of parenting: Vol. 4. Social conditions and applied parenting. NJ: Lawrence Erlbaum, 329-359.

McAdams, D. P. (1999). Personal narratives and the life story. Teoksessa Pervin, L. & John, O. (toim.) Handbook of personality: Theory and research. 2. painos. New York: Guilford Press, 478-500.

Metsämuuronen, J. 2006. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Teoksessa Metsämuuronen, J. 2006. Laadullisen tutkimuksen käsikirja. 1. laitos, 1. painos. Helsinki: International Methelp Ky, 81-149.

Myllärniemi, A. 2006. Huostaanottojen kriteerit pääkaupunkiseudulla. SOCCAn ja Heikki Waris - instituutin julkaisusarja 7/2006.

Mäkelä, P., Mustonen, H. & Huhtanen, P. (2009). Suomalaisten alkoholinkäyttötapojen muutokset 2000 -luvun alussa. Yhteiskuntapolitiikka 74 (3), 268-289.

Määttänen, P. 1999. Filosofia. Johdatus peruskysymyksiin. Helsinki: Gaudeamus.

Mönkkönen, K. 2007. Vuorovaikutus. Dialoginen asiakastyö. 1. painos. Helsinki: Edita Publishing.

Nousiainen, K. 2001. Karusellista kasvamaan. Kokemuksia lapsilähtöisestä perhetyöstä. Projektiraportti. Lomayhtymä ry.

Nurmi, J.-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppala, I. 2014. Ihmisen psykologinen kehitys. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: Ps-kustannus.

Ohanessian, C. M. 2011. Parental problem drinking and adolescent psychological problems: the moderating effect on adolescent - parent communication. Youth & Society 45 (1), 3-26.

Paavilainen, E. & Pösö, T. 2003. Lapset, perhe ja väkivaltatyö. 1. painos. Porvoo: WSOY.

Pajulo, M., Savonlahti, E. & Piha, J. 1999. Maternal substance abuse: Infant psychiatric interest: A review and hypothetical model of interaction. American journal of drug and alcohol abuse 25, 761-769.

Pajulo, M. 2001 Early motherhood at risk: mothers with substance dependency. Väitöskirja. Turun yliopisto.

Perttula, J. 1995. Kokemus psykologisena tutkimuskohteena. Johdatus fenomenologiseen psykologiaan. Tampere: Suomen fenomenologinen instituutti.

Piispa, M. 2010. Alkoholivalistusta vanhemmille. Arviointi Viisas vanhemmuus -ohjelmasta 2009. Helsinki: Terveystien ja hyvinvoinnin laitos.

Punamäki, R.-L., Belt, R., Rantala, M. & Posa, T. 2006. Huumeidenkäytön yhteys äidin mielenterveyteen ja lapsen kehitykseen. Kirjallisuuskatsaus intervention tueksi. Teoksessa Nätkin, R. (toim.) Pullo, pillerit ja perhe. Vanhemmuus ja päihdeongelmat. Jyväskylä: PS-kustannus, 231-247.

Pylkkänen, K. 2003. Psykkisesti oireileva nuori ja nuorten mielenterveys. Teoksessa Pylkkänen, K., Syvälahti, E. & Tamminen, T. (toim.) Keskeistä käytännön psykiatriaa. Hämeenlinna: Karisto oy:n kirjapaino, 116-152.

Päihdehuoltolaki 17.1.1986/41.

Pärssinen, A. 2014. Onko verkkoapu kunnon apua? Tiimi 3/2014, 6-9.

Rahikka, A. 2013. Dialogi auttavissa verkkopalveluissa: sosiaali- ja terveysjärjestöjen ammattilaisten kertomuksia kommunikaatiosta. Väitöskirja. Helsingin yliopisto. Helsinki.

Raunio, K. 2009. Olennainen sosiaalityössä. Toinen, uudistettu laitos. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.

Saarela-Kinnunen, R. & Eskola, J. 2015. Tapaus ja tutkimus = tapaustutkimus? Teoksessa Valli, R. & Aaltola, J. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: vinkkejä aloittelevalle tutkijalle. 4. uudistettu ja täydennetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 180-190.

Sariola, S. 2006. ”Joku, jota rakastaa ja josta huolehtia”. Etnografinen tutkimus skotlantilaisista huumeita käyttävistä naisista. Teoksessa Nätkin, R. (toim.) Pullo, pillerit ja perhe. Vanhemmuus ja päihdeongelmat. Jyväskylä: PS-kustannus, 137-164.

Schade, J. 2006. The complete encyclopedia of medicine and health. Amsterdam, The Netherlands: Foreign Media Books, 132-133.

Schuler, M.E., Nair, P., Black, M.M. & Kettinger, L. 2000. Mother-infant interaction effects on a home intervention and ongoing maternal drug use. *Journal of Clinical Child Psychology* 29, 424-431.

Stein, J.A., Leslie, M. B. & Naymathi, A. 2002. Relative contributions of parent substance use and childhood maltreatment to chronic homeless, depression, and substance abuse problems among homeless women: mediating roles of self-esteem and abuse in childhood. *Child abuse & Neglect* 26 (10), 1011-1027.

Suomen perustuslaki 11.6.1999/731.

Takala, J. & Roine, M. 2013. Nuorten kokemuksia aikuisten alkoholinkäytöstä. Teoksessa Warpenius, K., Holmila, M. & Tigerstedt, C. (toim.) Alkoholi ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Tampere: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos, 24-35.

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2015. Päihdetilastollinen vuosikirja 2015. Alkoholi ja huumeet. Tampere: THL.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 11. uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Virtanen, P. 2007. Arviointi. Arviointitiedon luonne, tuottaminen ja hyödyntäminen. Helsinki: Edita Publishing.

Warpenius, K. & Tigerstedt, C. 2013. Miten alkoholitutkimus käsitteellistää haitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle? Teoksessa Warpenius, K., Holmila, M. & Tigerstedt, C. (toim.) Alkoholi ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Tampere: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos, 11-21.

Woititz, J. G. 1985. Struggle for intimacy. Deerfield Beach, FL: Health Communications.

Yin, R. K. 2009. Case study research. Design and methods. Applied social research methods series vol 5. 4. edition. California: Sage publications.

Sähköiset lähteet

Aalto, M., Bäckmand, H., Haravuori, H., Lönnqvist, J., Marttunen, M., Melartin, T., Partanen, A., Partonen, T., Seppä, K., Suomalainen, L., Suokas, J., Suvisaari, J., Viertiö, S. & Vuori-lehto, M. 2009. Mielenterveys- ja päihdeongelmien varhainen tunnistaminen. Opas ennaltaehkäisevän työn ammattilaisille. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 22.2.2016. <https://www.thl.fi/documents/10531/104889/Opas%202009%205.pdf>

A-klinikkasäätiö. Viitattu 31.12.2014. <http://www.a-klinikka.fi/a-klinikkasaa-tio>

A-klinikkasäätiön kehittäminen ja tutkimus. Viitattu 31.12.2014. <http://www.a-klinikka.fi/kehittaminen-ja-tutkimus>

A-klinikkasäätiön sähköiset palvelut. Viitattu 1.1.2015. <http://www.a-klinikka.fi/sahkoiset-palvelut>

A-klinikkasäätiön toiminta. Viitattu 31.12.2014. <http://www.a-klinikka.fi/a-klinikkasaa-tio/toiminta>

Eettinen ennakkoarviointi 2015. Viitattu 6.1.2015. <http://www.tenk.fi/fi/eettinen-ennakko-arviointi-ihmistieteiss%C3%A4/ennakkoarviointi>

Hiitola, J. & Heinonen, H. 2009. Huostaanotto ja oikeudellinen päätöksenteko. Hallinto-oikeuksien ratkaisut huostaanottoasioissa 2008. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus. Viitattu 29.12.2015. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/79959/f84ee235-d74a-4898-af24-deb260f3a806.pdf?sequence=1>

Holmila, M. & Ilva, M. 2010. Näkymätön uhri vai pätevä toimija? Vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivien lasten mielipiteitä ja selviytymiskeinoja. Teoksessa Roine, M., Ilva, M. & Takala J. (toim.) Lapsuus päihteiden varjossa. Vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivät lapset tutkimuksessa ja käytännön työssä. A-klinikkasäätiön raporttisarja nro 57. Helsinki: A-klinikkasäätiö, 47-60. Tulostettu 1.1.2015. http://www.lasinenlapsuus.fi/sites/default/files/pdf/lapsuus_paihteiden_varjossa_vanhempien_paihteidenkaytosta_karsivat_lapset.pdf

Holopainen, A. 2007. Huumeriippuvuus on aivojen sairaus. Irti 1/2007, 9-11. Viitattu 29.2.2016. http://www.irtihuumeista.fi/files/18/huumeriippuvuus_on_aivojen_sairaus.pdf

Hubara, S. & Pakkanen, E. 2010. Lasten ja nuorten vertaistuki verkossa. Teoksessa Roine, M., Ilva, M. & Takala J. (toim.) Lapsuus päihteiden varjossa. Vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivät lapset tutkimuksessa ja käytännön työssä. A-klinikkasäätiön raporttisarja nro 57. Helsinki: A-klinikkasäätiö, 61-71. Tulostettu 1.1.2015. http://www.lasinenlapsuus.fi/sites/default/files/pdf/lapsuus_paihteiden_varjossa_vanhempien_paihteidenkaytosta_karsivat_lapset.pdf

Hubara, S. & Pärssinen, A. 2013. "Olette jaksaneet auttaa aina <3" - Netistä tukea nuorille, joiden kotona juodaan liikaa. Teoksessa Tapio, M. & Kuula, T. (toim.) Selkenevää, myönteistä. Ehkäisevä päihde- ja mielenterveystyö nuorisosalalla. Verkkoaversio. Sarja C. Oppimateriaaleja 37, 2013. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu, 109-120. Tulostettu 1.1.2015. http://www.humak.fi/sites/default/files/liitteet/humak_selkenevaa_myonta_tuulta_verkko2_2.pdf

Huuskonen, P. 2010. Vertaistukea verkossa. Teoksessa Holm, J., Huuskonen, P., Jyrkämä, O., Karnell, S., Laimio, A., Lehtinen, I., Myllymaa, T., Vahtivaara, J.-M. & Laatikainen, T. (toim.). Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki: Asumis- ja asumispalvelusäätiö ASPA, 71-79. Viitattu 5.3.2015. http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf

Irti huumeista ry 2016. Huumeriippuvuus on aivojen sairaus. Viitattu 29.2.2016. http://www.irtihuumeista.fi/tietoa_ja_tukea/riippuvuus/fyysinen_psykkinen_ja_sosiaalinen_riippuvuus/huumeriippuvuus_on_aivojen_sairaus

Kiianmaa, K. 2005. Alkoholismin periytyvyys. A-klinikkasäätiön Päihdelinkin tietoisuus 12.12.2005. Viitattu 18.2.2016. <http://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoisuus/alkoholi/alkoholismin-periytyvyys>

Laimio, A. & Karnell, S. 2010. Vertaistoiminta - kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa Holm, J., Huuskonen, P., Jyrkämä, O., Karnell, S., Laimio, A., Lehtinen, I., Myllymaa, T., Vahtivaara, J.-M. & Laatikainen, T. (toim.). Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki: Asumis- ja asumispalvelusäätiö ASPA, 71-79. Viitattu 27.4.2015. http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf

Lasinen lapsuuden historia ja tunnustukset. Viitattu 31.12.2014. <http://lasinenlapsuus.fi/meista/historia-ja-tunnustukset>

Nurmela, S. 1998. Nuorten järjestökiinnittyneisyys. Yhteenvetoraportti 1998. Helsinki: Nuorisoi- soasiain neuvottelukunta. Viitattu 7.3.2016. http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Nuoriso/nuorisoasiain_neuvottelukunta/julkaisut/muut_tutkimukset/Nuorten_osallistuminen_1998.pdf

Peltoniemi, T. 2008. Lehdistötiedote Varjomaailman palkinnosta. Blogi A-klinikkasäätiön internetsivulla 2.12.2008. Viitattu 1.1.2015. <http://www.a-klinikka.fi/blogi/lehdistotiedote-varjomaailman-palkinnosta>

Roine, M., Ilva, M. & Takala, J. 2010. Johdatus lapsuus päihteiden varjossa- raporttiin. Teoksessa Roine, M., Ilva, M. & Takala J. (toim.) Lapsuus päihteiden varjossa. Vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivät lapset tutkimuksessa ja käytännön työssä. A-klinikkasäätiön raporttisarja nro 57. Helsinki: A-klinikkasäätiö, 10-15. Tulostettu 1.1.2015. http://www.lasinenlapsuus.fi/sites/default/files/pdf/lapsuus_paihteiden_varjossa._vanhempien_paihteiden_kaytosta_karsivat_lapset.pdf

Sosiaali- ja terveysministeriö 2007. Hyvinvointi 2015-ohjelma. Sosiaalialan pitkän aikavälin tavoitteita. STM:n julkaisuja 2007: 3. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Tulostettu 18.2.2016. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/113898/Julk_2007_3_hyvinvointi2015_verkko.pdf?sequence=1

Sosiaali- ja terveysministeriö 2011. Päihdeongelmaisten vanhempien lasten tukipalveluiden varmistaminen. Työryhmän raportti. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 14/2011. Viitattu 17.3. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/112085/URN%3ANBN%3Afi-fe201504226972.pdf?sequence=1>

Strandholm, T. & Ranta, K. 2013. Ahdistus ja ahdistushäiriöt. Teoksessa Marttunen, M., Huurre, T., Strandholm, T. & Viialainen, R. (toim.) Nuorten mielenterveyshäiriöt. Opas nuorten parissa työskenteleville aikuisille. Tampere: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos, 17-40. Viitattu 10.3.2016. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110484/THL_OPA025_2013.pdf?sequence=1

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2014. Päihderiippuvuus. Viitattu 22.2.2016. <https://www.thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/paihderiippuvuus>

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan laatimat eettiset periaatteet 2015. Viitattu 6.1.2015. <http://www.tenk.fi/fi/eettinen-ennakkoarviointi-ihmistieteiss%C3%A4/eettiset-periaatteet>

Varjonen, V. 2015. Huumetilanne Suomessa 2014. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 1/2015. Tulostettu 6.8.2015. <https://www.julkari.fi/handle/10024/125568>

Julkaisemattomat lähteet

Hubara, S. 2014. Virtuaalisesti kädestä pitäen. Päihdetiedotusseminaari 3.6.2014.

Raitasalo, K. 2009. Drinking in presence of children. Julkaisematon käsikirjoitus.

Varjomaailma-verkkovertaistukiryhmän loppuraportti

Kuviot

Kuvio 1: Analyysin eteneminen	40
-------------------------------------	----